மங்கையர் மலர்

ஆகஸ்ட் '86 விலை ரூ 3/-



பள்ளிகள் திறந்தது;

தொல்லைகள் தொடர்கிறது!

எதை வாங்குவது,
எதை விடுவது என்ற கவலையே வேண்டாம்.
அனைத்தையுமே வாங்குங்கள்.













நீங்கள் மளிகைக் கடையில் நுழைந்தவுடன் எதை வாங்குவது என்று கவலைப்படவேண்டாம். ஏனென்றால் லாலாவே அத்தனை சுவைமிகு வரிசைகளை உங்களுக்கு அளிக்கிறது. லாலாவின் கலப்பு முறை பொடிகள், மசாலாக்கள் உங்கள் சமையலறையில் எண்ணங்களை ருசியுள்ள சமையலாக-பாரம்பரியச் சுவைமிக்கதாக-மாற்றுகிறது.

லாலாவின் தயாரிப்புகள்
ரசம் பவுடர், சாம்பார் பவுடர், இட்லி மிளகாய்ப் பொடி, கரம் மசாலா, வத்தக் கொழும்புபவுடர், மதராஸ் கறி பொடி, சாட் மசாலா, சன்னா மசாலா.

விரைவில் எதிர் பாருங்கள்
பிரியாணி, மட்டன், தந்தூரி, மீன் மற்றும் பலவற்றிற்கான மசாலாக்கள்.

பி. மிட்டுலால் லாலா & சன்ஸ்
54, நெல்சன் மாணிக்க முதலியார் சாலை,
சென்னை-600 029. (நிறுவியது: 1920)



லாலாஸ்®
பாரம்பரியச் சுவைக்கு

ASP PML 1735 TM

நீங்கள் மாதர் சங்க உறுப்பினரா?

ரூ 500/- பரிசு பெற்ற கட்டுரை

1983 பிப்ரவரி 13 ஆம் தேதி.

மன்றம் களை கட்டி இருந்தது. எங்கள் கெம்ப்ளாஸ்ட் மகளிர் மன்றத்தில் வருடம் ஒரு முறை உல்லாசப் பயணம் போவது வழக்கம். ஜனவரி 1983 இதழ்கலைமகளிலோ, கல்கியிலோ (சரியாக நினைவு இல்லை) கொல்லி மலை இயற்கை வளம், அறப்பளீஸ்வரர் ஆலயப் பெருமை, கம்பீரமான குதிரை வீரன் சிலை, மினி குற்றாலம் போலக் கொட்டும் நீர்வீழ்ச்சி ஆகிய பெருமைகளைச் சுவைபடச் சொல்லி இருந்தார்கள். ஆகவே எங்கள் உல்லாசப் பயணத்திற்கும் கொல்லி மலை போய் வரத் தீர்மானித்துத் தகுந்த ஏற்பாடுகள் செய்து மேட்டூரில் இருந்து புறப்பட்டோம்.

காலை ஆறு மணி. பிள்ளையாருக்குத் தேங்காய் உடைத்து ஜலசா பாடாமல் பக்தியாய் பஜனை பாடிக் கொண்டு கிளம்பினோம். ஐம்பத்திரண்டு பெண்கள் கத்தலில்



ஹாரன் தேவையே இருக்கவில்லை! இட்லி, ஆரஞ்சு பிஸ்கெட் என்று வெளுத்துக்கட்டிய படி பயணம். பஜனை முடிந்து பக்தி வெள்ளம் நின்றது! சீட்டுக்கட்டுகள் பிரிக்கப்பட்டன. சினிமாப் பாடல்கள் அமர்க்களம் வேறு. அடுப்பூதும் வேலையில ஒரு நாள் விடுதலை பெற்ற அம்மாமிகள் எல்லோரும் குழந்தைகள் போலக் குதூகலித்துக் கொண்டு பயணப்பட்டோம்.

மலையடிவாரத்தை அடையும்பொழுது மணி எட்டு. ஒன்று இரண்டு, மூன்று என்று (மொத்தம் தொண்ணூற்றிரண்டாம்) 28 ஹேர் பின் வளைவுகளைக் கடந்தோம். தூரத்தில் நாமக்கல், சேர்ந்தமங்கலம், இராசிபுரம், நாமகிரிப்பேட்டை போன்ற ஊர்கள் பொம்மை பொம்மையாய், பச்சை பச்சையாய் வயல் வெளிகள். அதி அற்புதமான காட்சிகள். 'டமால்' என்ற பெரும் சப்தத்தைக் கேட்டு, 'என்ன' 'என்ன' 'என்ன?' என்று எல்லோரும் கே. பி. சுந்தராம்பாளானோம். பஸ் லேசாகப் பின் நோக்கி நகரத் தொடங்கியது. பின்னால் சுமார் நானூறு அடிப் பள்ளம்! (அதி திறமைசாலியான எங்கள் டிரைவரின் கண்ட்ரோலினால் அன்று தப்பிப் பிழைத்தோம்) ஸ்பேர் டிரைவரும், கண்டக்டரும் சடாரென்று பஸ்ஸிலிருந்து குதித்துப் பெரிய கற்களை எடுத்துப் பின் சக்கரத்திற்குப் பின்னால் போட்டு நிறுத்தினார்கள். பெரிய சோதனையிலிருந்து தப்பினோம் என்று பெருமூச்சு விட்டோம். (சோதனையே அப்போதுதான் ஆரம்பித்தது என்று பின்னால்தான் தெரிந்தது. வண்டியைப் பரிசோதித்த டிரைவர், சுமார் நான்கு மணி நேரத்திற்குப் பிறகுதான் வண்டி ரிப்பேர் சரியாகும் என்று திட்டவட்டமாகச் சொல்லி விட்டார்.

சுமார் 5 கிலோ மீட்டர் தொலைவில் ஒரு

டிராவலர்ஸ் பங்களா இருப்பதைத் தெரிந்து கொண்டு நடக்க ஆரம்பித்தோம். அருமையான தார் ரோடு, இரண்டு புறமும் வானளாவிய மரங்கள். திரும்பவும் ஜலசாதான்! நடராஜா — நடராஜாதான்! இங்கு நடராணிகள். கொளுத்தும் வெயில். மலை மீது. பிப்ரவரி — வசந்த காலத்தில் வெயிலா? மனிதனின் கைங்கரியம்! நிழல் மரங்களை வெட்டிக் கொண்டே போனால் முடிவு இது தான்! சமவெளியில் ஐம்பது கிலோ மீட்டர் நடப்பதும் மலைப் பாதையில் ஐந்து கி.மீ. நடப்பதும் ஒன்றுதான்!

குறுக்கு வழிகளில் புகுந்து ஏற ஆரம்பித்தோம். ஆஹா! ஆதி சங்கரருக்கு அம்பாள் இப்படித்தான் நெல்லிக்கனிகளைப் பொழிந்து இருப்பாளோ! தங்கம் தங்கமாக எலுமிச்சை சைஸில் பெரிய பெரிய நெல்லிக் கனிகள். ஔவைக்கு அதியமான் நெல்லிக் கனி கொடுத்த இடமாம் இது. இரத்தச் சிவப்பில் அன்னாசிப்பூக்கள்! பசும் பொன் நிறத்தில் அன்னாசிப் பழங்கள். எங்கோ ஒரு பாம்பு சோம்பேறித்தனமாக ஒரு மரத்தைச் சுற்றிக் கொண்டு லட்சியம் செய்யாமல் படுத்துக் கிடந்தது. வண்டுகளின் ரீங்காரம்.

ஆஹா! சுவர்க்கம். எதிரே அவ்வப்போது விறகு வெட்டிக் கட்டிக் கொண்டு போகும் மனிதர்களைப் பார்க்கும்போது கொன்று விடலாம் போலக் கோபம் வந்தது. இயற்கைப் பெண்ணின் கழுத்தை நெறிக்கும் கயவர்கள் இவர்கள்! வழியிலேயே உணவுப் பொட்டலத்தைப் பிரித்து உண்டோம்.

டிராவலர்ஸ் பங்களாவை, அடையும் போது மணி சுமார் இரண்டு. (ஊர் பெயர் நினைவு இல்லை) விடுதி விழாக்கோலம் பூண்டு இருந்தது. நம்மை வரவேற்கவோ என்று நப்பாசை! சே! அப்போது போக்கு வரத்து அமைச்சராக இருந்த இரு. முத்துஸ்வாமி அவர்களை வரவேற்க அலங்காரம்!

அருகிலிருந்த டீக்கடைக்காரருக்கு அன்று அடித்ததே யோகம்! ஒரு வருட சர்க்கரை, டீ, காப்பிப் பொடி ஸ்டாக்குகள் காலி ஆகி இருக்கும் அன்று. அவர் கொடுத்த வெந்நீரே டீ! சர்க்கரைத் தண்ணீரே காப்பி!

கால் வலி, பசி, மயக்கம் இவற்றோடு பஸ்ஸிற்காகக் காத்திருந்தோம். இதற்குள் டிரைவர் நாமக்கல்லில் இருந்து தொலைபேசி மூலம் நிலைமையைத் தொழிற்சாலைக்குத் தெரிவித்திருந்தார். கம்பெனியிலிருந்து டிபன், காப்பி முதலியவைகளோடு மானேஜர் காரில் வந்தார். மாலை போட்டு, ஆரத்தி எடுக்காத குறைதான்.

டிபன், காப்பி சாப்பிட்டதும் எல்லோருக்கும் பழைய தெம்பு வந்து விட்டது விபரீதமாகிவிட்டது. ''இவ்வளவு தூரம் வந்து விட்டு அறப்பளீஸ்வரரைப் பார்க்காமல் போவதா? அவர் கோபித்துக் கொண்டால் என்ன செய்வது?'' போகும் பஸ் டிரைவர்கள் யாரும் நிறுத்தி ஏற்றிக் கொள்ளத் தயாராக இல்லை. நேரமாகிவிட்டது. கடைசி பஸ்ஸை விட்டுவிட்டால், அறப்பளீஸ்வரர், கரடிகள், சிறுத்தை, யானை இவைகளுக்குக் கம்பெனி கொடுத்துக் கொண்டு கும்மிருட்டில் இருக்க வேண்டியதுதான்,'' என்று கூறி விட்டார்கள். அமைச்சர் இரக்கப்பட்டு கடைசி பஸ் டிரைவரிடம், ''அறப்பளீஸ்வரர் ஆலய வாசல் வரை இவர்களைக் கூட்டிச் சென்று தரிசனம் செய்வித்துக் கூட்டிக் கொண்டு வந்துவிடு'' என்று வேண்டிக் கொண்டார். சொல்ல முடியாத சந்தோஷத்துடன் பஸ்ஸில் ஏறிப் புறப்பட்டோம்.

கூட்டிற்குள் அடையச் செல்லும் பறவைகள், சிகப்பு அன்னாசிப் பூக்கள், மூங்கில் கரும்புக் காடுகள், அந்தி மயங்கும் ரத்ன விதானம், சிகப்பு சூரியன், நடுவே வளைந்து நெளிந்து செல்லும் செம்மண் பாதை, மனித நடமாட்டமே இல்லாத மௌன உலகம்!

அறப்பளீஸ்வரர் ஆலயத்தை அடையு முன்பு சுமார் 31 அடியே உள்ள ஒரு சிமெண்ட் பாலத்தை பஸ் கடந்த போது பதறிப் போனோம். ''இது சாதாரணமாக



பஸ் பாதை இல்லையம்மா. உங்களுக்காக இதில் பஸ் போகுது'' என்று கிண்டல் செய்தார் டிரைவர். சுற்றிலும் பரபரவென்று இருட்டுப் போர்வை மூடத் தொடங்கியது கண்டு பதறிவிட்டோம். நினைவில் ஹேர்பின் வளைவுகள் வந்து வயிற்றைக் கலக்கின.

அறப்பளீஸ்வரர் கோவில் திருப்பணி நடந்து கொண்டு இருந்தது. அறப்பளீஸ்வரரை யார் பார்த்தோம்! அவசரமாகக் கும்பிடு போட்டு, அட்டண்டன்ஸ் மார்க் பண்ணிவிட்டு, டாடா சொல்லிவிட்டு ஓடி வந்து பஸ்ஸில் ஏறினோம். பஸ் கிளம்பியது. பத்து அடிக்கு ஒரு முறை யாரேனும் கைகாட்டி நிறுத்துவார்கள். மூட்டை முடிச்சோடு ஒரு குடும்பம் ஏறும். இப்படியே பஸ் நிரம்பிக் கொண்டே போய் நிறை மாத கர்ப்பிணியைப் போலத் தடுமாறத் தொடங்கியது.

ஆயுளில் இந்த மாதிரி இருட்டைப் பார்த்ததே இல்லை. அரக்கனின் நிறத்தை, மனத்தை, வர்ணித்தானே கம்பன் அது போல இருட்டு!

2,00,00,000

கோடிக்கு மேற்பட்ட
வாசகர்களின் விருப்பம்



ஆங்கிலத்தில் பேசிப் பழகிடவே
சிறந்த ஒரு கோர்ஸ்
ரேபிடெக்ஸ் இங்கிலீஷ் ஸ்பீக்கிங் கோர்ஸ்

ஸேல்ஸ்மென், வியாபாரி
மானேஜர், குமாஸ்தா
ஒர்க்கிங் கர்ல், இல்லத்தரசி
யாவருமே முன்னேற
எது நல்ல கோர்ஸ்?
ரேபிடெக்ஸ் இங்கிலீஷ் ஸ்பீக்கிங் கோர்ஸ்



It's really a good book to learn spoken English

—Kapil Dev

கான்வென்டில் படித்த மாணவர் போல தடதட
வென்று சரளமாக ஆங்கிலத்தில் பேசக்
கற்பிக்கும் புத்தகம். பாரதமெங்கும் பல்வேறு
மாநில மக்கள் விரும்பி வரவேற்கும்
அருமையான புத்தகம்.

**11 மொழிகளில் வெளி
யிடப்பட்டது.**

பெரிய
அளவில் 400 க்கும்
அதிகமான பக்கங்கள்.
விலை: ரூ. 24/-
தபால் செலவு
ரூ. 4/-

AVAILABLE AT:
Leading bookshops, Higginbotham's
Railway Book Stalls or ask by
V. P. P. from



PUSTAK MAHAL
Khari Baoli, Delhi-110006.
10-B, Netaji Subhash Marg, N.Delhi-110002.

வளரும் வயதில் குழந்தைகளுக்குத் தேவை காம்ப்ளான்

காம்ப்ளான் ஒன்றில்தான் அவர்களுக்கு அன்றுடம் தேவைப்படும் 23 ஊட்டச் சத்துக்கள் அடங்கியுள்ளன.

சாதாரணமாக 15 அல்லது 16 வயதிற்குள் குழந்தைகளின் வளர்ச்சி பெரும்பாலும் முழுமையடைந்து விடுகிறது.

அவர்களுடைய வளர்ச்சிக்கு நேரடியாக உதவுவது புரதம் என்ற சத்துதான். ஆகவே உங்கள் குழந்தைகளுக்கு தேவை காம்ப்ளான்— இப்போது. காம்ப்ளான் சிறந்த புரதம் கொண்டுள்ளது—பால் புரதம் (20%) அது 22 மூலதார சத்துணவுகளும் கொண்டதாகும்.

காம்ப்ளான் கிடைக்கிறது இனிய சுவைகளில்.



23

மூலதார சத்துணவுகள் திட்டமிட்ட விகிதங்களில்

புரதம்	ரிபோ
கொழுப்பு	ஃப்ளேவின்
கார்போ	நிகோடி
ஹைட்ரேட்	னமைடு
கால்ஷியம்	கால்ஷியம்
பாஸ்பரஸ்	பேன்டோதேனேட்
சோடியம்	கோலின்
குளோரைடு	பைரிடாக்ஸின் (பி6)
(கறி உப்பில்)	வைட்டமின் (பி12)
பொட்டாஷியம்	ஃபாலிக் அமிலம்
இரும்புச்சத்து	வைட்டமின் ஸி
அயோடின்	வைட்டமின் டி
வைட்டமின் 'ஏ'	வைட்டமின் ஈ
வைட்டமின் 'பி'	வைட்டமின் கே

பால் சேர்த்திடத் தேவையில்லை.



காம்ப்ளான்® — திட்டமிட்ட பரிபூர்ண உணவு

GLC. 120 Tm



இதற்குள் பஸ் நிரம்பி, டாப் மீது மனித மூட்டைகள் நிரம்பி, கம்பியைப் பிடித்துக் கொண்டு தொங்கிக் கொண்டு மலை ஆட்கள். எல்லோரும் திகிலில் உறைந்து போனோம்.

உண்மையா, ரீலா என்று சந்தேகம் எழுமானால் ஏதாவது ஒரு விசேஷ நாளில் கொல்லி மலையிலிருந்து புறப்படும் கடைசி பஸ்ஸில் பயணம் செய்து சந்தேகத்தை நிவர்த்தி செய்து கொள்ளுங்கள்.

ஒரு ஹேர் பின் வளைவில் ''பிரேக் சரியா விழ மாட்டேங்குது; கொஞ்சப் பேர் குதிங்கப்பா'' என்று டிரைவர் கெஞ்ச, ஒருவர் அசைய வேண்டுமே, ஊஹும்! ஓரமாக அமர்ந்திருந்த சகோதரிகள் ஹெட்லைட் வெளிச்சத்தில் எவ்வளவு ஓரத்தில் எவ்வளவு அபாயமாக பஸ் வளைகிறது என்று பார்த்துவிட்டு அழத் தொடங்கிவிட்டனர்.

ஹிந்து சமய மன்றத் தலைவரான எங்கள் மூத்த உறுப்பினர் ஒருவர், எல்லோரையும் அமைதிப்படுத்தி பஜனை செய்யச் சொன்னார். டிரைவரும் ஓர் இடத்தில் பஸ்ஸை நிறுத்திவிட்டு, ''அம்மா, எனக்கும் மூன்று குழந்தைகள் இருக்கிறார்கள். விழாக் காலங்களில் கடைசி பஸ் இப்படித்தான் இருக்கும். யாரையும் நான் ராவிலே தன்னந்தனியாக விட்டுவிட்டு வர முடியாது. அறப்பளீஸ்வரர் கோவிலுக்குப் போய் வந்திருக்கிங்க. பயப்படாதீங்க,'' என்று தைரியம் சொன்னார்.

சுமார் நாற்பது நிமிடங்கள் சென்ற பின் பழைய விடுதியை அடைந்தது. ஆவலோடு பார்த்தோம். எங்கள் பஸ் வந்திருக்கவில்லை. மணி சுமார் பத்து. கும்மிருட்டு. பழைய டீக்கடைக்காரர் மட்டும் நப்பாசையோடு எங்களுக்காக 'வெந்நீரோடு' காத்திருந்தார். பல்லைக் கிட்டும் குளிர்.

சும்மாயிருக்காமல் ஒரு தோழி அங்கிருந்த இரண்டு மூன்று பலகைகளில் டார்ச் விளக்கையடித்துப் பார்த்தாள்.

'கரடி போகும் வழி.'

'பில்லி, சூனியம், ஏவல் இவற்றிற்கு மந்திரிக்கப்படும்' போச்சு! குளிரோடு சேர்ந்து பயத்திலும் பற்கள் படபடபடா! குளிருக்குப் போர்த்திக் கொண்டு போன உருவங்கள் எல்லாம் பேய்களா, கரடிகளா என்ற சர்ச்சை



சந்தேகம் வேறு.

ஒருவழியாக பதினொரு மணிக்கு எங்கள் பஸ் வந்து சேர்ந்தது.

''கொல்லி மலை சித்தர்கள் மலை! நாம லேசா இப்படி வந்தது தப்பு'' என்று ஒரு அறிவு ஜீவி.

''பதிமூன்று நல்ல நம்பர் இல்லை. இன்று புறப்பட்டதால் இவ்வளவு இன்னல்கள்!'' இவள் வந்த பின் பேசுபவள்!.

இவர்களைப் பஸ்ஸிலிருந்து இரண்டு சாத்து சாத்தக் கூட முடியாமல் எல்லோரும் அலுப்போடு வீடு வந்து சேர்ந்தோம்.

— அகிலா கிருஷ்ணன்

கருவேப்பிலைத் துவையலுக்கு கடுகு, மிளகாய், மிளகு, உளுத்தம் பருப்பு தாளிப்பதுடன் கொஞ்சம் எள்ளையும் சேர்த்து வறுத்தெடுத்துப் போட்டால் மிகவும் சுவையாயிருக்கும்.

— விசாலாட்சி.

மாம்பழப் பச்சடி செய்து இறக்குவதற்கு முன் கொஞ்சம் அரிசி மாவைத் தண்ணீரில் கரைத்து ஊற்றி இறக்குவதற்குப் பதில் ஒரு டீஸ்பூன் நெய்யை ஊற்றிக்கிளறி ஏலப்பொடியைப் போட்டால் அல்வா மாதிரியிருக்கும். நெய்யில் வறுத்த முந்திரியையும் போடலாம்.

— விசாலாட்சி.

துறவி

ஸி. சரஸ்வதி

மனதை விட்டு நீங்காத தனது கணவனுக்கும், இராவணனுக்கும் நடந்த போரில் தனது கணவன் வென்றுவிட்ட செய்தியினைக் கேட்டு பூரித்துப் போகிறாள் சீதை. வெற்றி முன்பே உறுதியாக நம்பப்பட்டதுதான். இருப்பினும், அது இன்றுதானே நேரில் வந்து இதயத்தை வருடுகிறது. 'அப்பாடா! இராவணனால் எனக்கு ஏற்பட்ட களங்கம் எனது கணவனின் வீரச் செயலால், தோள் வலிமையால், படைத் திறமையால், பிறன் மனை நோக்காப் பேராண்மையால் கழுவப் பட்டுவிட்டது. இனி விடிவு காலம்தான்!'' என நினைக்கையில் பன்னீர்ப் பூக்களாய் மகிழ்ச்சித் துளிகள் அவள் மனதில் பரவின.

ஆகா! யாருக்குக் கிடைப்பார் இது போல் அன்பும், வீரமும் உத்தம குணமும் ஒருங்கே பொருந்திய கணவன்! நான் பாக்கியவதி தான்!' என எண்ணி அவள் பெருமை கொண்டாள். தன் கணவன் இருக்குமிடம் வந்தாள். பலநாள் பாராத அந்த அன்பு முகத்தை, பரந்த மார்பினை, வீரத் தோள்களை காதல் பேசும் அந்த விழிகளை எப்படித் திடீரென்று பார்க்க முடியும்? பலநாள் உண்ணா நோன்பு இருந்தவர்கள் தங்களது விரதத் தினை முடித்தவுடன் முதலில் பழச்சாறினைப் பருகுவது போல், தன்னைக் காக்க பல கானகங்களை, அதுவும் பாதத் தூரிகைகள் எதுவும் அணியாமல் நடந்த அவனது மலர்ப் பாதங்களை முதலில் தரிசிக்க விரும்பி தலை குனிந்து, அவனது கால்களுக்குத் தனது நன்றியினைக் கண்களால் அஞ்சல் செய்தாள். காதுகளோ அவள் காதலனின் அன்பு மொழியினைக் கேட்க தவம் செய்து கொண்டிருந்தன.

'அரக்கியர் நடுவில் தான் பட்ட துன்பங்கள், பிரிவுத் துயர்கள், உண்ணாமலும், உறங்காமலும் கழித்த நாட்கள், பயத்துடன் கழிந்த இரவுகள் அவள் நினைவிற்கு வந்தன. ஓ! அதெல்லாம் முடிந்து போன கதை! அவைகள் பிணமாய்ப் போய் அதனை மூடி சமாதியும் கட்டப்பட்டுவிட்ட நிகழ்ச்சிகள்! இனி வசந்த காலம்! இதோ! எதிரில் நிற்கிறார் இன்பத்தின் உருவம்!' என எண்ணமிட்டவாறே அவள் வாய்மொழிக்கு ஏங்கி நின்றாள் வைதேகி.

*''ஸீதே! பகைவனைக் கொன்று நீ மீட்கப்பட்டாய்! ஆண்மையினால் ஒரு மனிதன் என்ன செய்ய வேண்டுமோ அதை நான் செய்தேன். இன்றுதான் எனது ஆண்மை பயனுடையதாயிற்று. நான் இல்லாதபோது உன்னை அரக்கன் கவர்ந்தான். தெய்வம் செய்த இந்தச் சதியை என் ஆண்மையால் வென்றேன். நண்பர்களின் உதவி கொண்டு நான் சண்டை செய்ததெல்லாம் உன்னை அடைவதற்காக அல்ல. எனக்கும் என் வம்சத்திற்கும் நேர்ந்த அவமானத்தைப் போக்கவே நான் சண்டையிட்டேன். உன் நடத்தை சந்தேகத்திற்கு இடமாய்விட்டது. உன்னை நான் காண விரும்பவில்லை. உனக்கு அனுமதி கொடுக்கிறேன். விரும்பியபடி நீ எந்தத் திசையிலும் செல்லலாம். மானமுள்ள நற்குடியில் பிறந்த பராக்கிரமமுடைய எந்த மனிதன் பிறர் வீட்டில் வசித்த தன் மனைவியை ஏற்பான்? ராவணனது மடியினின்றும் விழுந்தவள் நீ. அவனது காமக் கண்களால் பார்க்கப்பட்டவள். குலத்தினால் பெருமை கொள்ளும் நான் உன்னை எவ்வாறு ஏற்பேன்? குலப் பெருமைக்காகவே உன்னை மீட்டேன். உன்னிடம் எனக்கு அன்பில்லை!'' என்றான் இராமன்.

நெருப்பு மழையாய்ப் பொழிந்த இவ் வார்த்தைகளால் கொதிக்கும் எண்ணெய்த் துளிகள் பட்டதுபோல் அவள் உள்ளமெல்லாம் கொப்பளித்துப் போனது. அழகான, மணம் பொருந்திய மலரினை முகர்ந்து பார்க்க ஆர்வமுடன் குனிகையில் பூ நாகம் தீண்டியது போல் துடித்துப் போனாள். தன் அன்புக் கணவனின் குரல்தானா இது? அன்பான வார்த்தைகளையே பேசிப் பழக்கப்பட்ட வாய் தானா இதனைச் சொன்னது? தேன் ஊறும் ஆரஞ்சுச் சுளைகள் போன்ற உதடுகளின் உள்ளே இருக்கும் அவரது மிருதுவான நாவா இந்தக் கடுஞ் சொற்களுக்கு அசைந்தது?

கானகத்தில் பலநாள் பட்டினி இருந்ததால் என் செவிகள் கெட்டுப் போய் அவரொன்று சொல்ல இது ஒன்றாய்க் கேட்கிறதா? இவர் போரிட்டது எனக்காக இல்லையா? அவரது ஆண்மையினையும் குலப் பெருமையையும் காக்க மட்டும்தானா? ஆண்மையும் குலப் பெருமையும் பாதிக்கப் படாத பட்சத்தில் என்னை அரக்கனிடம்

* வால்மீகி இராமாயணம், யுத்த காண்டம்; ஸர்க்கம் 118. சுதா ஸங்கிரஹம்.

இழக்கவும் இவர் தயாரா? நிஜமாகவே எனக்காக இல்லையா இந்த யுத்தம்? என் துயரைப் போக்கவும் என்னைத் திரும்ப அடையவும் இல்லையா இவரது வீரம்?

என்னைக் காணவே விரும்பவில்லையா? தெய்வமே! என் கண்கள் எங்கே இவரை ஏறெடுத்துப் பார்த்துவிட்டால் ஒரேயடியாய் எல்லா அழகினையும் அன்பினையும் கண்டு களிக்க முடியாமல் தத்தளித்துப் போய்விடுமோ என்று அஞ்சி தாழ்ந்திருக்க, இவர் என்னைப் பார்க்கவே விரும்பவில்லையா? என் நடத்தை சந்தேகத்திற்கு இடமானதா?

இவர் இது போன்று மனம் மாறிப் போனார் என்று ஒரு வார்த்தை, ஒரே ஒரு வார்த்தை இந்த அநுமானாவது கூறியிருக்கக் கூடாதா? யாருக்கு வேண்டும் இந்தப் போரும் வெற்றியும். சாகப் போனவளைத் தடுத்து இப்படிச் சந்தியில் நிறுத்தி அவமானப்படுத்தவா இத்தனை அமர்க்களமும்?

பலமற்ற நான் இராவணனால் தூக்கிச் செல்லப்பட்டேன் என்பது வாஸ்தவமாயினும் அதற்கு நானா பொறுப்பு! என் உள்ளம் யாரும்நெருங்கமுடியாததொலைவில் இவருக்காகவே ஏங்கிக் கிடப்பதை இவர் ஏன் அறியவில்லை? என்னுடன் வளர்ந்து, என்னோடு வாழ்ந்த என் கணவருக்கே என் மனம் புரியவில்லையெனில் நான் யாருக்காக உயிர் வாழ வேண்டும். பத்துத் திசையில் எந்தத் திசையில் வேண்டுமானாலும் நான் செல்லலாமாமே! ஐயோ! பத்துத் திசைகளிலும் செல்ல அநுமதி பெறவா பாவி நான் இங்கு வந்தேன்? இந்தப் பரந்தாமனைக் கைப்பிடித்தேன்?

அரக்கன் காமக் கண்களால் என்னைப் பார்த்தது என் குற்றமா? அவனுக்கு அழகாய் நான் தெரிந்தது என் குற்றமா? கானகத்தில் நான் அலங்காரங்களா செய்து கொண்டிருந்தேன்? இதெல்லாம் கேட்க வேண்டும் போல் அவள் உள்ளம் துடித்தது. வார்த்தைகள் துள்ளிக் கொண்டு வருகின்றன! ஆனால் யாரிடம் கேட்பது? கணவனே களங்கம் சுமத்துகையில் காப்பாற்றச் சொல்லி யாரைக் கேட்பது எனக் கலங்கினாள் அந்த அபலைப் பெண்.

அதிக விஷம் உடலில் சேர்ந்துவிட்டால் அதுவே விஷ முறிவாய் போய்விடுவது போல் அளவுக்கதிகமான இக்கடுஞ் சொற்களைக் கேட்ட அவளது உள்ளமும் மரத்துப்



போனது. அதில் ஓர் உறுதி உண்டானது. தன் மீது நெருப்புத் துண்டுகளாய் எறியப் பட்ட இந்த வார்த்தைக் களங்கத்தினை நெருப் பாலேயே கழுவ நினைத்தாள். தீமூட்டச் சொல்லி அதனில் சிறிதும் தயங்காது உட் புகுந்தாள்.

நெருப்பை நெருப்பே அழித்துவிட முடி யுமா என்ன? கற்பெனும் நெருப்பு அவள் உள்ளே கனன்று கொண்டிருக்கையில் அந்த அக்னி தேவனுக்கேது அவளை அழிக்கும் சக்தி?

தீப்புகுந்து வெளி வந்தவுடன் இராமன் பல புகழ் மொழிகள் சொன்னான். அக்னி தேவனிடம் சொல்வதுபோல், ஸீதையிடம், "பாவம் இவளிடம் இல்லை என்பதை நான் அறிவேன், மக்களுக்கு நம்பிக்கையூட்டவே நான் இவளைப் பரிட்சித்தேன், நன்னடத் தையே பாதுகாப்பாக உடைய இவள் விஷ யத்தில் இராவணன் பிழை செய்ய முடியாது" என்றெல்லாம் பலவாறாகச் சொல்லி சீதை யிடம் தனக்கிருக்கும் அன்பையும் மதிப்பினை யும் வெளிப்படுத்தினான். ஆனால் சீதையோ, செதுக்கி வைக்கப்பட்ட பதுமை போல், செவிடாகிப் போன மனுஷி போல் அசை யாது நின்றாள்.

ஆம்! அவளது செவிகள் செவிடாய்த்தான் போயிருக்க வேண்டும்! இத்தனைக் கொடுஞ் சொற்களைக் கேட்ட பின்பு, அது பரீட்சிக்க என்றால் என்ன? பாவனைக்காக என்றால் என்ன? அந்தச் சுடு சொற்கள் வெளிப்பட்ட வாய் அவளது உயிராய் விளங்கும் இராமனு டைய வாயன்றோ? ஊருக்காக சொன்னா லும் அதனைச் சொன்னவன் அவளது தெய்வ மாய் விளங்கும் கணவனல்லவோ? இனி அவள் வாழ்வில் இன்பமா? அந்த இல்வாழ் வின் பந்தங்களைத்தான் அவள் நெருப்பிலேயே விட்டுவிட்டு வந்துவிட்டாளே! கணவனுட னேயே இனி வாழ நேரிடினும் அவள் இனி துறவிதான்!

அரக்கியர் நடுவே, அசோக வனத்தில், துறவுக் கோலம் பூண்டு இருந்த பொழுதும் உள்ளத்தால் அன்புக் கணவனுடன் இல்லறமே நடத்தி வந்தாள். நினைவிலேயே கொஞ்சினாள்! கெஞ்சினாள்! அழுதாள்! கோபப்பட்டாள்! ஆனால் இனி அவன் அரு கில் மிக நெருக்கத்தில் இருந்தாலும் இந்த உணர்ச்சிகளுக்கெல்லாம் அப்பாற்பட்ட துறவியவள்!



குழந்தைகளுக்கு ஸீகோன், அப்டக் டிராப்ஸ் போன்ற வைட்டமின் சொட்டு மருந்துகள் கொடுக்கிறோம். ஆனால் இயற்கை யிலேயே பழங்களின் மூலமாகவும், பழச் சாறுகளின் மூலமாகவும் கிடைக்கும் வைட்ட மின்களை குழந்தைகளுக்குக் கொடுப்பது மிகவும் நல்லது.

உதாரணமாக குழந்தை பிறந்து ஏழாம் நாளிலிருந்து காலையில் ஒரு டீஸ்பூன் ஆரஞ் சுச் சாறோ அல்லது சிறிது சர்க்கரை போட்ட எலுமிச்சம் சாறோ கொடுக்கலாம். மூன்றாம் வாரத்திலிருந்து இரண்டு டீஸ்பூன் கொடுக்க ஆரம்பித்து கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அதிகப் படுத்தி பிறகு ஒரு முழு ஆரஞ்சுப் பழத்தின் சாறில் சிறிது தண்ணீர் கலந்து சிறிது சர்க்கரையும் உப்பும் சேர்த்துக் கொடுக்க லாம். இவற்றைக் கலந்து கொடுப்பது வயிற் றில் வாயு வருவதைத் தடுக்கும்.

இரண்டு ஆரஞ்சுப் பழத்தின் சாறை குழந்தைக்குக் குடிக்க முடியும் என்றான பிறகு, அதை ஒருமுறை பால் கொடுப்பதற் குப் பதிலாக வைத்துக் கொள்ளலாம். ஆரஞ்சுப் பழத்தில் வைட்டமின் 'சி' யைத் தவிர மற்ற வைட்டமின்கள் அதிகம் இல்லை. அதனால் கண்கள், முடி வளர்த்தி, எலும்பு சரியாக அமைதல் போன்றவற்றிற்கு நலம் தரும் வைட்டமின் 'ஏ' மிகுந்து இருக்கும் ஆப்பிள் கொடுக்கலாம். ஆப்பிளை நன்றாக வெந்து மசித்து சிறிது உப்பும் சர்க்கரையும் சேர்த்துக் கொடுக்கலாம். இந்த மாதிரி மசித்த ஆப்பிள் ஒன்றை சாப்பிடும் அள வுக்கு குழந்தை பெரியவனானதும் அதாவது பத்து மாதம் அல்லது ஒரு வயது ஆனதும் இதை இன்னொரு முறை பால் கொடுப்பதற் குப் பதிலாகக் கொடுக்கலாம்.

பத்து மாதங்கள் ஆகும்போது நன்றாக மசித்த ஒரு வாழைப் பழத்தைக் குழந்தை களுக்குக் கொடுக்கலாம். வாழைப் பழத்தில் இரும்புச் சத்து இருப்பதால் குழந்தைகளுக்கு நல்லது. இதுவும் மற்றொரு முறை பால் கொடுப்பதற்குப் பதில் தரலாம்.

முட்டையின் மஞ்சள் கருவை சிறிது உப்பு டன் வைத்து அடித்து, குழந்தைகளுக்குக் காலையில் கொடுக்கலாம். ஆறேழு மாதம் முதல் இரவுச் சாப்பாட்டுக்கு வெஜிடபிள் சூப் கொடுக்கலாம். மதிய உணவாக நன்றாக வெந்து மசித்த சாதத்தில் வெந்த பருப்புத் தண்ணீரை விட்டுக் கலந்து கொடுக்கலாம்.

— கோமதி

∴பாரெக்ஸ்®
முதன்முதல் தேர்வு!

ஏனெனில் புதிய மேம்பட்ட ∴பாரெக்ஸ்® முதன்முதலாக திட உணவிற்கு மாறும் குழந்தைக்கென இன்றியமையாத உட்பொருள்கள் சரியான அளவுகளில் சேர்க்கப்பட்டதாகும்.

குழந்தையின் வளர்ச்சிக்கும்
மென்மையான செரிக்கும் சக்திக்
கெனவும் சரியான அளவில் புரதங்களும்
கொழுப்புச் சத்துக்களும் அடங்கிய
தாகும் ∴பாரெக்ஸ்.

குழந்தையின் இரத்தத்தை ஆரோக்கிய
மாக வைக்க இதில் போதுமான அளவு
இரும்புச் சத்தும் உள்ளது.

குழந்தையின் எலும்புகளும் பற்களும்
திடமாக வளருவதற்கு உகந்த
விகிதத்தில் கால்ஷியம்-∴பாஸ்∴பரஸ்
அடங்கியதாகும் ∴பாரெக்ஸ்.

இவை தவிர, புதிய ∴பாரெக்ஸ் கலப்
பதற்கு எளிதானது...சுவைமிக்கது.



பால் சேர்க்கத் தேவையில்லை!
நீருடன் கலந்து கொடுத்தால் போதும்.

புதிய மேம்பட்ட **∴பாரெக்ஸ்®**



1

5 இந்தியாவின் முதல் குழந்தை என்ற அந்தஸ்தைப் பெற்ற குழந்தை. அது என்ன அந்தஸ்து?

6 ஜனாதிபதி ஜெயில்சிங் டக்தாசாகிப் பால்கே விருதை (1985) வழங்குவதை காணலாம். விருதைப் பெறுபவர் யாரென்று தெரிகிறதா?

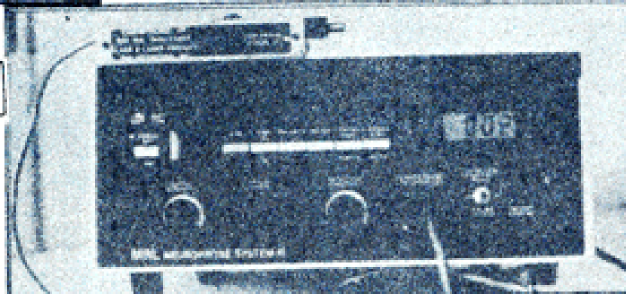
7 தமிழக அமைச்சர் கையால் சேலம் உருக்காலை கண்காணிப்பாளர் பரிசு பெறுகிறார். எதற்கு என்று சொல்ல முடியுமா?

8 ஈத் பெருநாளை ஒட்டி கூடிய கூட்டம் இது. இந்தக் கூட்டம் கூடிய இடம் எது என்று தெரிகிறதா?

9 இதுஒரு அதிசயபிராணி. இந்தப்பிராணியைப் பற்றித் தெரியுமா?



2



3



4

தெரியுங்கள் பார்க்கலாம்...

1 இது பிரிட்டனில் இருக்கும் ஸ்டேடியம். இதற்கும் இந்திய கிரிக்கெட் விளையாட்டுக்கும் என்ன சம்பந்தம்?

2 இவர் சினிமா நடிகர். நமது நாட்டுக்காரரில்லை. சமாதான தூதுவராக வந்தவர் என்று கூட சொல்லலாம். இவரை யார் என்று தெரிகிறதா?

3 லேசர் கதிர் இயக்க இயந்திரம் இது. இதனால் என்ன பயன் தெரியுமா?

4 இவர் அர்ஜென்டேனாக்காரர். விளையாட்டு வீரர். உலக சாம்பியன். இவர் யார்? இவர் என்ன விளையாட்டு விளையாடக் கூடியவர்? இவர் பெற்று இருக்கும் சிறப்பென்ன?

பதில்கள்:

1 ஜூன் மாதம் இங்கிலாந்துக்கும் இந்தியாவிற்கும் முதல் கிரிக்கெட் டெஸ்ட் மேட்ச் பிரிட்டனில் இருக்கும் லார்ட்ஸ் ஸ்டேடியத்தில் நடைபெற்றது. இந்த ஸ்டேடியத்தில் விளையாடி முதல் முறையாக இந்தியா இங்கிலாந்தை வென்றுள்ளது. கபில்தேவ் தலைமையில் விளையாடும் இந்திய அணிக்குக் கிடைத்த முதல் வெற்றியும் இந்த ஸ்டேடியத்தில் தான் கிடைத்தது.

2 ஸ்ரீலங்கா மஹாஜன பக்ஷய கட்சியின் தலைவர் விஜய குமாரணதுங்கா. இவர் இலங்கையில் சிங்களவர்களும் தமிழர்களும் ஒற்றுமையுடன் வாழவேண்டும் என்று எண்ணுகிறவர். அதற்காகத் தமிழக தலைவர்களையும் இலங்கைப் போராளிகளையும் சந்திக்க ஜூன் மாதம் சென்னை வந்தார். இவர் ஸ்ரீலங்கா சுதந்திரக் கட்சியின் தலைவி சிரிமாவோ பண்டார நாயகாவின் மகளை மணந்தவர். சினிமா நடிகர்.

3 உடல் வலிகளைப் போக்குவதற்கு லேசர் கதிர் இயக்க முறை பயன்படுத்தப்படுகிறது. தலைவலி, முதுகு வலி ஆகியவற்றுக்குப் பயன் தரக் கூடியது.

4 கால் பந்தாட்டக்காரர் மரடானோ. சமீபத்தில் நடந்த உலகக் கால் பந்து கோப்பைப் போட்டிக்கு அர்ஜென்டைனாவிற்குத் தலைமை தாங்கி நடத்தியவர். அர்ஜென்டைனா உலகக் கோப்பையை வென்றது. சிறந்த ஆட்டக்காரராக மரடானோ தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டார்.

5 இந்தியாவில் பிறந்த முதலாவது சோதனைக் குழாய் குழந்தை. பெங்களூர் ஆஸ்பத்திரியில் இது பிறந்தது. குழந்தையின் தாய் திருப்மா; தந்தை டாக்டர் எச். எம். பிரகாஷ். இது உலகின் 23 வது சோதனைக் குழாய் குழந்தை.

6 டைரக்டர் சாந்தாராம்.

7 சேலம் உருக்காலை அரசு நிறுவனம். இதைச் சிறப்பாகப் பராமரித்ததற்காகப் பரிசு பெறுகிறார்.

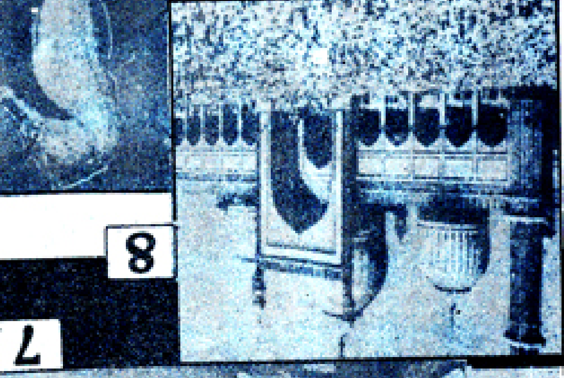
8 ஜும்மா மசூதி — நியூடெல்லி.

9 இது ஆண் கடற்குதிரை. மீன் இனத்தைச் சேர்ந்தது. இந்த அதிசயப் பிராணி மீனவர்களால் சென்னை மீன் காட்சியகத்துக்குக் கொண்டுவரப்பட்டது. 1800 குஞ்சுகளை அந்த ஆண் கடற்குதிரை பொரித்துள்ளது. பெண் கடற்குதிரைகள் தாங்கள் இடும் முட்டைகளை ஆண் கடற்குதிரையின் வயிற்றின் அடிப்பகுதியில் பை போன்ற உறுப்பில் போட்டு விடுமாம். ஆகையினால் ஆண் கடற்குதிரைகள் பிரசவ வேதனையை அடைவதுடன் குஞ்சும் பொரிக்கிறது.

தொகுப்பு: **தாம்பிரவருணி**



9

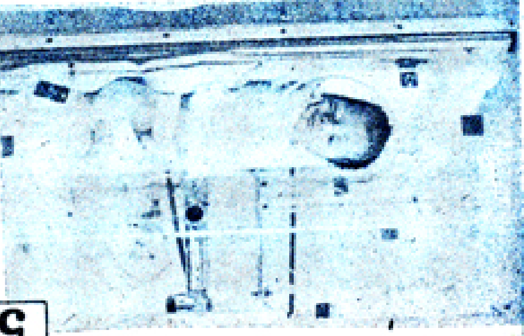


8

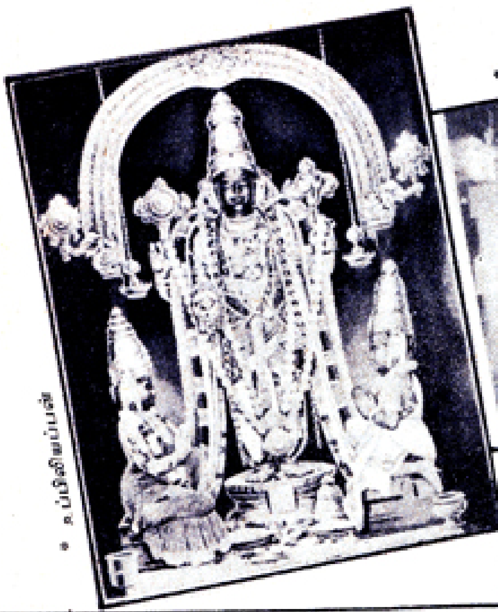


7

6



5



• உப்பிலியப்பன்



• சக்கரபாணிக் கோவில்

கும்பகோணத்தில் திரிபுவனம் பட்டுப் புடைவைகள் பெண்களைக் கவருவது போலவே 'கர்ப்ப ரக்ஷாம்பிகையும் கவருகிறாள்.

"நீங்கள் அவசியம் திருக்கருகாவூர் பார்க்கணும். பிள்ளைப் பேறு இல்லாமல் இருந்த

எங்கள் திறமை இப்போது தான் தெரிகிறது!

கும்பகோணம் போனால் ஈயரசச் சொம்பு வாங்காமல் வரலாமோ! நான் வாங்கி வரவில்லை. ஆனால் கொண்டு வந்தது பல அன்பான நட்புறவுகளை.

கும்பகோணம் ரோட்டரி கிளப் இன்னர் வீல் அவர்கள் பதவியேற்பு விழாவிற்கு என்னை அழைத்தபோது இத்தனை அன்பு இதயங்கள் என்னைச் சுற்றிச் சூழ்ந்து கொள்ளும் என்று நான் எதிர்பார்க்கவில்லை. இந்த ஆண்டு தலைவியான ஜெயா ராமனாதன், கும்பகோணத்தில் இன்னர்வீல் தோன்றக் காரணமாக இருந்தவர்களில் ஒருவரான சிவகாமி திருமதி மணி பாய், திருமதி ஜோதி...

அவர்களுடைய பதவியேற்பு விழா முடிந்தவுடன் மங்கையர் மலரைப் பற்றித்தான் எத்தனை ஆர்வமான கேள்விகள்... நேசமான யோசனைகள்... நல்ல இனிய மாலைப் பொழுதாக அமைந்தது. ஏழைப் பள்ளிக் குழந்தைகளுக்குச் சீருடை, ஏழைப் பெண்ணிற்கு அரவை மெஷின், தகுந்தவர்களுக்கு வங்கிக் கடனுதவி என அந்த நல்ல நாளை 'சேவை நாளாக' மாற்றியிருந்தார்கள்.

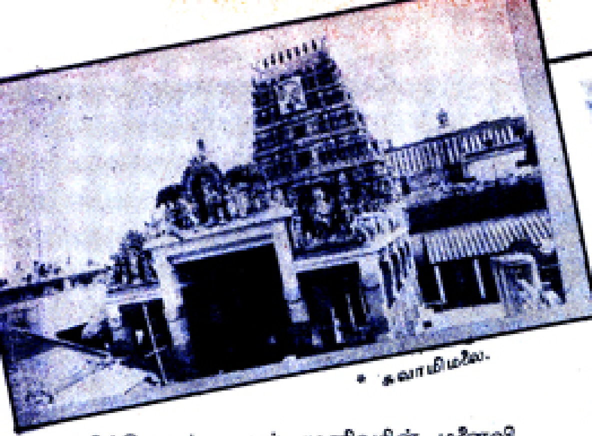
* * * * *

என் நாத்தனார் இங்கு வந்து 'படி மெழுகி' பிள்ளை பெற்றுக் கொண்டு போனாள்" என்கிறார் இந்திரா.

"என் உறவுப் பெண்ணுக்குக் குழந்தை எசகுபிசகா இருக்கு. நிச்சயம் சிசேரியன் செய்யணும்னு சொல்லியாச்சு. இந்தக்கலாட்டாவிலே கர்ப்பரட்சாம்பிகை சந்நிதியில மந்திரிச்ச எண்ணெயைக் கொண்டு வர மறந்துட்டேன். ஆஸ்பத்திரியில திகிலோட நின்னுக்கிட்டிருந்தப்பதான் ஞாபகம் வந்தது. எண்ணெயை எடுத்துக்கிட்டு வந்து நல்லா வயித்துல பூசிவிட்டேன். மூணு மணி நேரத்துல சுகப்பிரசவம். டாக்டர்களுக்கே ஆச்சரியம்..." இது சிவகாமி.

இவர்கள் மட்டுமில்லை இன்னும் நிறைய பெண்கள் அந்தக் கோயிலின் சிறப்பைச் சொல்லிவிட்டார்கள்.

கும்பகோணத்திலிருந்து இருபது கிலோ மீட்டர் தூரத்தில் இருக்கிறது திருக்கருகாவூர். முல்லைவன நாதரும், கர்ப்பரட்சாம்பிகையும் இடையில் முருகன் சந்நிதியோடு சோமஸ்கந்தராக இந்தத் திருக்ஷேத்திரத்தில் காட்சியளிக்கிறார்கள். மூவருக்கும் தனித்தனி சந்நிதி.



* சுவாமிமலை.

நித்திருவர் எனும் முனிவரின் மனைவி வேதிகையின் கர்ப்பத்தைக் காத்து அக்குழந்தைக்குக் காமதேனுவின் பாலையும் அளித்ததால் இங்கு அம்மன் கர்ப்பரட்சாம்பிகை எனப் பெயர் பெறுகிறார்.

உலகம் உய்ய வந்த இந்த அகிலாண்ட கோடி பிரும்மாண்ட நாயகியின் சந்நிதியில் உள்ள 'திருப்படி' பிள்ளைவரம் வேண்டி வந்த பெண்களின் 'நெய் மெழுகால்' குளிர்ந்து காட்சியளிக்கிறது. எத்தனை வளையணிந்த கைகள் மெழுகினவோ? அத்தனையும் இவள் புகழ்பாடி நிற்கின்றன.

கர்ப்பம் தரித்த பெண்களும் இங்கு எண்ணெயை மந்திரித்துக் கொண்டு சென்று தாயும் சேயும் நலமாகித் திரும்புகின்றனர். அருள் பாலிக்கும் அமுதக் கண்களுடன் அழகொழுக நிற்கிறாள் அன்னை கர்ப்பரட்சாம்பிகை.

* * * * *

''என் பெண்ணுக்கு உப்புப் போட்டு சமைக்கக் கூடத் தெரியாதே! இவளைத் திருமணம் செய்து தரும்படி கேட்கிறீர்களே..

அந்த நீலவண்ணத் திருமாலே நாடி தளர்ந்த முதிய அந்தணன் போல வேஷமிட்டு, மார்க்கண்டேய முனிவரைப் பெண் கொடுக்கும்படி கேட்கிறார். பருவக் குமரியாய்நின்ற அனைத்தும் அறிந்த ஸ்ரீதேவியோ 'நான் மாட்டேன்' என்கிறாள். பாவம், முனிவர் இப்படிக் கதறி, 'ஆண்டவா, நீயே இதற்கு வழி சொல்' எனக் கண்மூடிய போது உள்ளே தெரிந்தவன் சோதியாம்

* கர்ப்பரட்சாம்பிகை

* மாடன் ஆர்ப்பும்...

* படி மெழுகி நின்றேன்...!

நீண் முடிமால். கண் திறந்தால் பரந்தாமன் கள்ளச் சிரிப்புடன்.

''தன் பெண்ணுக்கு உப்புப் போட்டுச் சமைக்கத் தெரியாது என்றாயே. எனக்கு உப்பே வேண்டாம். இங்கு வரும் பக்தர்கள் என் உப்பு இல்லாத பிரசாதத்தை உண்டால் எண்ணி வந்த காரியம் நிறைவேறப் பெறுவர்...'' என்று

உப்பிலியப்பனுகக் காட்சியளித்தாராம்.

'ஏழுமலையானுக்கு வேண்டிக்கொண்டவர்கள் அந்தப் பிரார்த்தனையை இங்கு செலுத்தலாமாம். பக்தர்கள் சொல்கிறார்கள்.

✿ ✿ ✿ ✿ ✿

கும்பகோணத்திலும், அதனைச் சுற்றியும்தான் எத்தனை கோயில்கள்... கோயில் என்றால் சாமான்யக் கோயில்களா...?

ஒவ்வொன்றுக்கும் எத்தனை பெரிய மதில்கள்... பெரிய பெரிய சுற்று வீதிகள்... கோபுரத்திலிருந்து சந்நிதானத்திற்குப் போக இரண்டு பர்லாங் நடக்க வேண்டும்...

கடல்நுரையால் செய்யப்பட்ட திருவலஞ்சுழி வெள்ளைப் பிள்ளையார் கோயிலும் அப்படிப்பட்டதுதான்... இந்தப் பிள்ளையாருக்குத் தண்ணீரால் அபிஷேகம் செய்தால் கரைந்து போய்விடுவார் என்று பச்சைக் கற்பூரம் சாத்துகிறார்கள்...

தாராள மனசுடன் விசாலமாகக் கோயில்களைக் கட்டிப் போட்டுவிட்டார்களே என்ற பிரமிப்புடன்தான் அந்தக் கோயிலையும் விட்டு அகல வேண்டியதாக உள்ளது.

✿ ✿ ✿ ✿ ✿

ஊர்ப் பூராவும் தேர்த் திருவிழா என்பது போல எங்கு பார்த்தாலும் கும்பாபிஷேகம்தான். எல்லாக் கோயில்களும் புது வண்ணத்தில் மிளிர்கின்றன. எங்கும் காணாத திருக்கோலமாக சக்ரபாணியாக அமர்ந்துள்ள சக்ரபாணிக் கோயில், காமாட்சி மண்டலி பெண்கள் சிரத்தையுடன் வழிபட்டு வரும் காமாட்சியம்மன் கோயில், பட்டீசுவரம், கும்பேஸ்வரர் கோயில், கலையழகு கொஞ்சும், நாட்டிய மணிகளின் மனம் கவர்ந்த தாராசுரம், தந்தைக்கு உபதேச மந்திரம் செய்த சுவாமிமலை...

✿ ✿ ✿ ✿ ✿

சுவாமிமலையில் சந்தித்த வித்தியாசமான இளைஞர் கங்காதரன் 'மாடர்ன் ஆர்ட்' என்றாலே 'புரியாத புதிர்' என்று சாதாரண மானவர்கள் ஒதுக்குகிறார்கள். இவரின் 'மாடர்ன் ஆர்ட்' இவர் பிறந்து வளர்ந்த கும்பகோணத்தின் கலைச்செழுமையால் பாதிக்கப்பட்டு இருக்கிறது. இறைவனின் உருவங்களையே இந்த 'மாடர்ன் ஆர்ட்'டில் கொண்டு வந்திருக்கிறார்.

கும்பகோணத்தில் கோயில் மட்டுமில்லை, நாங்களெல்லாம் கூட நிறைய செய்ய ஆரம்பித்திருக்கிறோம், என்கிறார்கள், பிரியதர்சினி லேடீஸ் கிளப் உறுப்பினர்கள்.

தலைவி ஜானகி தான் வசிக்கும் ஹவுஸிங் யூனிட் பெண்களை இணைத்து இந்தச் சங்



• கலையான விவாதம்.

க்ளாக்ஸோ வழங்குகிறது

நாசிலிர்க்கும் ஆரஞ்சுச் சுவை கொண்ட, உடனடி சக்தி தரும் தனிச்சிறந்த பானம் !

விட்டமின்-ஸி செறிந்தது

விலையுயர்ந்த சர்க்கரை சேர்க்கத் தேவையில்லை

GLUCON-C

The unique, refreshing instant energy drink with a tangy orange taste.

Ingredients:

Glaxo

புதிய க்ளூகோன்-ஸி க்ளூகோஸ் அடங்கியது. உங்கள் குழந்தை சுறுசுறுப்புடன் துள்ளிவிளையாட, விரைந்து சக்திதரும் வசதியான உணவு.

மேலும், விட்டமின்-ஸி செறிந்தது. விட்டமின்-ஸி குழந்தைகளின் பற்கள், எலும்புகள், திசுக்கள் இவை வளர உதவுகிறது.

நான்கு தேக்கரண்டி க்ளூகோன்-ஸி எடுத்து, ஒரு டம்ப்ளர் ஐஸ் தண்ணீரில் இட்டுக் கரைக்கவும். புத்துணர்ச்சியூட்டும் பானம் தயார்—நாசிலிர்க்கும் ஆரஞ்சுச் சுவையுடன்; தினம் இருமுறை உங்கள் குழந்தைக்கு இதைக் கொடுங்கள்.

க்ளூகோன்-ஸி

GLL-1174 R

கத்தை ஆரம்பித்து இரண்டு வருடங்கள்தான் ஆகின்றன.

"இந்த நகரத்திலேயே முன்னணி பெண்கள் சங்கமாக எங்களுடையதை ஆக்க வேண்டும் என்பதுதான் என்னுடைய ஆசை. ஆனால் ஒவ்வொரு பெண்ணும் தனக்குள் இத்தனை திறமை இருக்கிறது என்பதையே இங்கே வந்துதான் தெரிந்து கொள்கிறார்.

பிரவீண் படித்துவிட்டு இல்லத்தரசியாக இருந்த எங்கள் உறுப்பினர் இப்போது இந்தி டீச்சர். தனக்கு மிக நன்றாகச் சொல்லித் தர வருகிறது' என ஆச்சரியப்படுகிறார். எங்கள் அறுபது வயது மாமி அத்தனை நன்றாக சங்க நாடகத்தில் நடித்தார்...

நிறையப் பேசுகிறார் ஜானகி. உண்மை தான். எத்தனையோ திறமைகளைத் தனக்குள் மறைத்துக் கொண்டு அடுப்படிச் சாமியார்களாகவே பல பெண்கள் மாறி விடுகிறார்கள். இவர்கள் முன் வந்து தன்னம்பிக்கையுடன் செயல்பட்டாலே போதாதா? இந்தச் சமுதாயத்தையே மாற்றிவிடலாமே!

* * * * *

"மாற்றி விடலாம்!" என்கிறார் லேலா. ஏ. ஆர். ஆர். பாக்குத் தூள் விற்பனையாளர் இராமசாமியின் ஒரே புதல்வி.

இராமசாமி எளிய குடும்பத்தில் பிறந்து, ஏதேனும் புதிய சாதனையை நிகழ்த்த வேண்டும் எனத் துடித்தவர். 1947 இல் ஏ. ஆர். ஆர். சீவல் வியாபாரத்தை ஆரம்பித்து இன்று பாக்கு, சீவல் வியாபாரத்தில் முன்னணியில் இருக்கிறார். லேலா சகல வியாபார நுணுக்கங்களையும் தெரிந்துகொண்டு தந்தைக்கும், கணவருக்கும் உதவி செய்கிறார்.

ஏ. ஆர். ஆர். தொழிற்சாலையில்தான் எத்தனை விந்தை. மெஷின்கள், பாலிதீன் உறைகளிலிருந்து, வர்ண கவர்கள் அனைத்தையும் இவர்களே தயார் செய்கிறார்கள். சுண்ணாம்பு பாட்டில்கள் தயாரிக்கப்பட்டு கைபடாமல் சுண்ணாம்பு அடைக்கப்படுகிறது. சீவலும், புகையிலையும் மணத்துடன் மலைபோலக் குவிந்து கிடக்கின்றன.

தன் பெயராலேயே 'ஏ. ஆர். ஆர். ரோடு' என விளங்க அது வழியே ஓடும் கார்களையும், பஸ்களையும் பார்த்துக் கொண்டு அமைதியுடன் உட்கார்ந்திருக்கிறார் அந்த முதிய சாதனையாளர் ஏ. ஆர். ஆர்.

மஞ்சுளா ரமேஷ்.

புகைப்படங்கள்: ரவி

இம்மாத இல்லத்தரசி போட்டி

பொருள்: பண்டிகை பட்சணங்கள்

கடைசி தேதி: 15-8-86

சமையல் கூப்பன்

.... என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இத்துடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும், எந்தப் புத்தகத்திலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

என் மகன் எங்கே வாழ்கிறான்

ஷைலஜா

"நிஜத்தைச் சொல்லு.... பீரோவிலிருந்து பணம் திருடினியா? திருடினியாடா, ராஸ்கல்?"

நடுக் கூடத்தில் தன் பத்து வயது பிள்ளை பாலுவை நிற்க வைத்து காதைத் திருகிக் கொண்டிருந்தாள் வித்யா. கோபத்தில் அவள் முகம் தக்காளிச் சாறை அப்பியது மாதிரி ஆகிவிட்டது. சமையற்கட்டை ஒட்டிய சாப்பிடும் அறையில் உட்கார்ந்து முறுக்கு சுற்றிக் கொண்டிருந்த விசாலம், கையிலிருந்த மாவோடு கூடத்திற்கு வந்தாள். பரிதாபமாய் செய்வதறியாது நின்றாள். மனம் மட்டும் எச்சரித்தது. 'போ... போய், பாலுவைக் காப்பாற்று.... இல்லையென்றால் முப்பது வருஷத்துக்கு முன்னாடி உனக்கு ஆன கதிதான் வித்யாவுக்கும் ஆகும்....

"ஐயோ.... வேண்டாம்.... வித்யா! குழந்தையை அடிக்காதேம்மா...." மாவுக் கையோடு பாலுவை வாரி அணைத்து சேர்த்துக் கொண்டு வீறிட்டாள் விசாலம்.

தூக்கிய பெல்ட்டை மெல்ல இறக்கியபடி வித்யா விசாலத்தை விநோதமாய்ப் பார்த்தாள். கண்ணில் நீர் தளும்ப, சோக பிம்பமாய் எதிரே நிற்கும் இந்தப் பெண்மணிக்கு அறுபது வயதிருக்குமா? ஒடுங்கிய உடம்பும், நரம்பு தெரியும் மெலிந்த கைகளும், நரைத்துவிட்ட தலை முடியும், வெறும் நெற்றியும், விசாலத்தின் வயதை இன்னும் கூட்டவே செய்தன.

பத்து நாட்கள் முன்பு வித்யா, விசாலத்தைப் பற்றி மல்லேஸ்வரத்தில் உறவினர் வீட்டுக்குப்போன இடத்தில்தெரிந்துகொண்டாள். அன்று அந்த உறவினர் வீட்டு நிகழ்ச்சியில் எல்லோர் கவனத்தையும் கவர்ந்தவை, அந்த கைமுறுக்குகளே.

வெள்ளை வெளேரென்று பார்வைக்கும் அழகாய், தரையில் கிடக்கும் சக்கரம் போல் வட்டமாய் சின்னஞ் சிறு சுற்றில் பெரிய பெரிய முறுக்குகள், பழத்தட்டு, பூக்கூடை, ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் என்று விதம் விதமான முறுக்குகள் பந்தலில் பார்வைக்கு விருந்தாய் இருந்தன. வாயில் போட்டதும் வெண்ணை மணக்க முறுக்குகள் கரைந்து போயின.

வித்யா ஆவல் பொறுக்க முடியாமல் முறுக்கு செய்த நபரைப் பற்றி அங்கு விசாரித்து, உடனே, விசாலத்தின் வீடு தேடிப் போய் கேட்டுக் கொண்டாள். "மாமி! உங்க கைமுறுக்கு அபாரம்! முறுக்கு சுத்தறது பழைய கலை. என்னை மாதிரி இந்தக் காலப் பெண்களுக்கு அந்தக் கலையெல்லாம் செய்து பழக பொறுமையே இல்லை. நீங்க ஒருநாள் எங்க வீட்டுக்கு வந்து முறுக்கு சுத்தித் தர முடியுமா?"

வித்யா சொன்னபடி ஒருநாள் ஜெய் நகருக்கு அவள் வீட்டிற்கு வர ஒத்துக்கொண்டாள், விசாலம். முறுக்கு சுற்ற கூலி கூட விசாலம் வாய் திறந்து சொல்லவில்லை. "நீ கொடுக்கிறதைக் கொடும்மா. ஏதோ இந்த சாண் வயிறு பிழைக்கத்தான் நான் கேட்பேன்...." என்றாள் வருத்தமாய்.

"மாமி! அதிகப்பிரசங்கித்தனமாய் கேட்கிறேன்னு நினைக்காதீங்கோ, உங்களுக்குக் குழந்தைகளே கிடையாதா? பிள்ளையோ, பொண்ணோ அங்கே போய் இருக்காமல் ஏன் இப்படி வயசான காலத்தில் கஷ்ட

ஜீவனம் செய்யறீங்க?'' வித்யா, வேதனை யுடன் கேட்டாள்.

விசாலம் ஜீவனற்ற விழிகளை எங்கோ மோதவிட்டுப் பிறகு சொன்னாள். ''எனக்கு ஒரு பிள்ளை இருக்கிறான். ரொம்ப தூர தேசத்தில்....''

''தூர தேசத்தில் இருந்தால் என்ன மாமி? தாயார் — பிள்ளை உறவு ரொம்ப நெருக்க மானதில்லையா? வயசான காலத்தில் துணை யோடு இருக்கணும் மாமி. தூர தேசமானு என்ன, பிள்ளையைப் பார்க்கிற வேளையில் அவரோடு கிளம்பிப் போயிடுங்கோ, என்ன?''

வித்யாவின் அன்பு பரிணமித்த வார்த்தை கள் விசாலத்தை நெகிழ வைத்தது. அவள் பிள்ளை இருப்பது தூர தேசமா, கண்காணாத தேசமா? அவளுக்கேத் தெரியாது.... சந்துரு— அவன் பிள்ளைதான். எங்கோ இருக்கிறான். எங்கேயாவது அவன் நன்றாக வாழ்ந்தால் சரி. 'எங்கேயாவது என் பிள்ளை வாழணும்... உயிரோடு வாழணும்...'

விசாலத்தின் முப்பது வருஷ ஜபம் இது தான்.

இப்போது கூட வித்யாவை அடிக்க விடா மல் தடுக்கச் செய்வதும், அவள் மனதில் என்றோ அடிபட்டுப்போன ஆறாக்காயத்தின் அரிப்புதான்.

அப்போது சந்துருவிற்கு, இந்த பாலுவைப் போலவே பத்து வயதுதான் இருக்கும். கல் யாணமாகி நீண்ட வருஷங்கள் கழித்து விசாலம் — ராமபத்ரன் தம்பதிகளுக்குப் பிறந்த செல்வபுத்திரன். ஒரே குழந்தை என்ப தால் சந்துருவிற்கு அதிக செல்லம் கொடுத்து வளர்க்க இஷ்டப்படாமல், கண்டிக்க வேண் டியதற்குக் கண்டித்து விட்டுக் கொடுக்க வேண்டியதற்கு விட்டுக் கொடுத்துப் பிள்ளை யை வளர்க்க ஆரம்பித்தார்கள். இந்த விஷ யத்தில் கணவன்—மனைவி இருவருமே ஒத் துழைத்தனர். சந்துருவைப் பற்றிய எந்த ஒரு விஷயத்தையும்விசாலம்கணவரிடம்மறைக்க விரும்புவதில்லை.

அன்று எதேச்சையாய் பெட்டியைத் திறந்த விசாலம், கணவர் கொடுத்த சம்பளம் நானூறில் ஐம்பது ரூபாய் குறைந்திருப்பதைக் கவனித்தாள். முதல் நாள் சம்பளம் முழு வதையும் கொடுத்து விசாலத்தை பெட்டியில் பத்திரப்படுத்தும்படி கூறிவிட்டு, அலுவலக விஷயமாய் வெளியூர் போய்விட்டார் ராம பத்ரன். அவர் ஊர் திரும்ப இன்னும் இரண்டு நாள் இருக்க இடையில் யார் பெட்டியைத் திறந்து பணத்தை எடுத்திருப் பார்கள்?

திரும்பத் திரும்ப விசாலம் பணக் கற்றை



யை பிரித்துப் பார்த்துத் திடுக்கிட்டாள். வீட்டில் அவளையும் சந்துருவையும் தவிர யாருமே கிடையாது. ஒருவேளை சந்துரு அவசரத்திற்கு எதற்காவது எடுத்திருப்பானோ?

விசாலம் பிள்ளையைக் கூப்பிட்டு விசாரித்தாள். அவன் தோளைக் குலுக்கித் தனக்கு ஒன்றுமே தெரியாது எனச் சொல்லிவிட்டான்.

மறுநாள் சந்துரு பள்ளிக்கூடம் போகும் போது அவன் மறந்துவிட்டுச் சென்ற நோட்டுப் புஸ்தகத்தைத் தருவதற்கு வெயிலைப் பொருட்படுத்தாது பள்ளிக் கூடம் நோக்கி நடந்தாள், விசாலம். அங்கே அவளுக்கு ஒரு அதிர்ச்சியான விஷயம் வெளி வந்தது. சந்துரு இரண்டு நாளாய் பள்ளிக்கூடத்திற்கே வரவில்லையாம். விசாலம் முகம் வியர்க்க வீடு திரும்புகையில் எதிர் வீட்டு வத்சலா தென்பட்டு அவளாகவே சொல்லத் தொடங்கினாள்.

''சந்துரு நாலஞ்சி கெட்ட ஸ்நேகிதங்களோட சினிமா க்யூவில் நிக்கறான். அதுக்கு முன்னாடி அவனை ஹோட்டலில் பார்த்ததாய் என் வீட்டுக்காரர் சொன்னார்... இது நல்லதுக்கில்லே, கண்டிச்சு வை, விசாலம்...''

சினிமா! ஹோட்டல்!

இதற்கெல்லாம் சந்துருவிற்கு ஏது காசு?

சாயந்தரம் பிள்ளை வந்ததும் விசாலம் வாசலிலேயே நிற்க வைத்துக் கேட்டாள். கையும், களவுமாய் பிடிபட்ட நிலையில் உண்மையை ஒத்துக் கொண்ட சந்துரு. ''அம்மா, நாளைக்கு அப்பா ஊரிலிருந்து வந்ததும் இதைச் சொல்லிடாதேம்மா'' என்று அலறினான்.

விசாலம், கணவர் வந்ததும் நடந்ததைச் சொன்னாள். பிள்ளைகளின் தவறுகளை கணவர் கண்ணில் படாமல், மறைக்கும் தாயார்கள் பிறகு அவஸ்தைப்பட நேரிடுவதை அவள் உணர்ந்திருந்தாள். ஆனால் ராமபத்ரனுக்கு அத்தனைக் கோபம் வந்து பிள்ளையை பெல்ட்டால் விளாசி வீட்டை விட்டு வெளியே நிறுத்தும் அளவிற்கு உச்சமாகும் என விசாலமே எதிர்பார்க்கவில்லை.

அடி வாங்கி ரத்தக் களரியாய் வாசலுக்குப் போன சந்துரு கண்ணீர் பெருக பின் தொடர்ந்த விசாலத்தை ஆழமாய்ப் பார்த்தான். 'என்னைக் காட்டிக் கொடுத்தாயே அம்மா!' விசாலம் கதறினாள். ''குழந்தே! பெத்தவ எப்பவும் பிள்ளைகளுக்கு நல்லதைத்தான் நினைப்பா. நான் உன் நல்லதுக்குத் தாம்ப்பா அப்பாகிட்டே சொன்னேன்.''

சந்துருவிற்கு விசாலத்தின் கதறல் நெஞ்சைத் தொடவில்லை. ஐம்பது ரூபாய் திருடியதற்கு தன்னைப் பிழிந்தெடுத்த பெற்றோர் பேரில் உண்டான கோபத்தில் வீட்டை விட்டே ஓடிவிட்டான்.

ஒரு வருஷமா, இரண்டு வருஷமா, எத்தனை வருஷங்கள் பிள்ளையைத் தேடி அலைந்திருப்பாள், விசாலம்? வானொலியில் காணாமல் போனவர் பட்டியலில் பெயர் கூறி, பத்திரிகைகளில் சந்துருவின் புகைப்படம் போட்டு, திரும்பி வீடு வரச் சொல்லிக் கெஞ்சிக் கேட்டு....

ஒன்றும் பயனில்லை.

ராமபத்ரன் மகனை இழந்த அதிர்ச்சியில் சில வருடங்களில் கண் மூடிவிட்டார். விசாலம் தனி மரமானாள். வித்யாவைப் போல் விசாரிப்பவர்களிடம் மட்டும் பிள்ளை எங்கோ இருப்பதாய்சொல்லிக்கொள்வாள். பெற்றோர்களிடம் கோபித்துக் கொண்டு வாழ்வை முடித்துக் கொள்ளும் கோழையாய் இருக்க மாட்டான் தன் மகன் என்று நம்பினாள்.

அவசரப்பட்டு ஆத்திரத்தில் தான் பிள்ளையை இழந்தது போதும்.... வித்யாவிற்கும் அந்த நிலைமை வந்துவிடக்கூடாது.

'அடிக்காதேம்மா! குழந்தையை நல்லதனமாய் திருத்தலாம்....' பாலுவை அணைத்துக் கொண்டு விசும்பினாள், விசாலம்.

வித்யா, விசாலத்தின் தழுதழுத்த வார்த்தைகளுக்குக் கட்டுப்பட்டவளாய் அப்படியே நின்றாள்.

அடுத்த சில நாட்களில் வித்யா மறுபடியும் வந்து தன் ஸ்நேகிதி ஒருத்திக்காக அல்சூருக்கு அவள் வீட்டிற்கு வந்து முறுக்கு சுற்றித் தரும்படி விசாலத்திடம் கேட்டுக் கொண்டாள்.

அந்த வீட்டிற்குள் நுழைந்தபோதே விசாலத்திற்கு உடம்பு சிலிர்த்தது. நீண்ட நாளாய் தான் தேடிக் கொண்டிருந்த வஸ்து ஒன்று கிடைக்கப் போகிற ஒரு ஆர்வம் கண்களில் மின்னியது. மனதிற்கு மோப்ப சக்தி உண்டோ?

விசாலம் முறுக்கு மாவைப் பிசைந்தபடி அந்தப் பெண்ணிடம் கேட்டாள். ''உங்களுக்குச் சொந்த ஊரே பெங்களூராம்மா?''



''எனக்கு சொந்த ஊர் பெங்களூர். என் கணவருக்கு திருச்சியாம். ஆனா பத்து வயசிலேயே திருச்சியை விட்டு மெட்ராஸ் வந்துட்டதாய் சொல்லி இருக்கிறார்....''

அந்தப்பெண் பேசிக்கொண்டே இருக்கையில் வாசலில் குரல் அழைத்தது. ''மிஸ்டர் சந்துரு இருக்கிறாரா?''

''மாமி! ஒரு நிமிஷம் வரேன் இருங்க... என் கணவரைத் தேடிட்டு அவர் ஃபிரண்ட் யாரோ வந்திருக்காங்க....'' வாசலுக்கு ஓடினாள்.

சந்துரு..... சந்துரு.....

விசாலம் கண் விரிய நெஞ்செல்லாம் ஏதோ பிரவாகம் பொங்கித் ததும்ப உற்சாகமாய் ஹாலிற்கு வந்தாள். சுவரில் மாட்டிய அந்தப் படத்தையே பார்த்துக் கொண்டிருந்தாள்.

''மாமி! என்ன அப்படிப் பார்க்கறீங்க? அந்தப் படத்தில் இருக்கிறவர் என் கணவர் தான். பெயர் சந்துரு. அவரைத் தேடிட்டு தான் யாரோ வந்தாங்க. அவர் ஆபீஸ் விஷயமாய் டெல்லி போயிருக்கிறதைச் சொல்லி அனுப்பிட்டு வந்தேன். நீங்க உள்ளே வந்து முறுக்கு சுற்றுங்க. நான் எண்ணெயில் போட்டு எடுக்கிறேன்....''

விசாலத்தால் அந்தப் படத்தை விட்டு நகர முடியவில்லை. சந்துருவெல்லாம் தன் பிள்ளையாகிவிடுமா? கண்ணைத் தேய்த்து விட்டுக் கொண்டு அருகே போய்ப் பார்த்தாள். பத்து வயசில் பிள்ளையைப் பிரிகிற போது பார்த்தது என்றாலும் பத்து மாசம் வயிற்றில் சுமந்தவளுக்கு மகன் முகம் மறக்குமோ? இந்தப் படத்தில் இருக்கிறவன் என் பிள்ளைதான். என் சந்துருதான்.

விசாலத்திற்குக் கண் நிறைந்தது. சந்துரு வாழ்கிறான், வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறான். அவன் வாழ வேண்டும் என்றுதானே அந்தத் தாயுள்ளம் இத்தனை வருஷம் பிரார்த்தனை செய்தது?

'டேய், உன் அம்மாடா.... அம்மா வந்திருக்கேன்.'

''மாமி.... எண்ணெய் காய்கிறது!''

''வரேம்மா....''

கண்ணைத் துடைத்துக் கொண்டு உள்ளே போனாள்.

முறுக்கு சுற்றியபடியே விசாலம் கேட்டாள். ''ஏம்மா.... சந்துரு எப்படி இருக்கான், நேரில்? உடம்பு இளைக்கலியே...?''

அந்தப் பெண் விசித்திரமாய் விசாலத்தைப் பார்க்க உடனே அவள் தன் செய்கைக்கு வருத்தப்படுவது போல தலைகுனிந்தாள்.

''பரவாயில்லை மாமி.... என் கணவர் உங்களுக்குப் பிள்ளை மாதிரிதானே? அவன் இவன்னு சொன்னால் தப்பு இல்லை. நீங்க போட்டோவில் பார்த்த மாதிரிதான் நேரிலும் இருப்பார். உடம்பு இளைப்பு கிடையாது.''

''ஏம்மா, சந்.... சந்துரு உன்கிட்டே தன்னோட சின்ன வயசு நிகழ்ச்சிகளைச் சொல்லி இருக்கானா?'' தயங்கித் தயங்கிக் கேட்டாள், விசாலம்.

எண்ணெயில் முறுக்குகளைப் விள்ளாமல் மெல்லப் போட்டபடி அந்தப் பெண் சொன்னாள். ''சொல்லி இருக்கிறார் மாமி. சின்ன வயசில் ரொம்பக் கஷ்டப்பட்டாராம். யாரோ பணக்காரர் தயவில் சென்னையில் படித்து, அப்புறம் அந்தப் பணக்காரர் செத்து பணமெல்லாம் இவருக்கே வந்ததாம்....''

''வந்து.... வந்து.... அம்மா.... அப்பா... பத்தி....?''

''அம்மா, அப்பாவா? என் கணவர் அவங்களைப் பத்திச் சொல்ல என்ன இருக்கு? அவருக்குப் பத்து வயசாய் இருக்கிறபோதே இரண்டு பேரும் இறந்து போயிட்டாங்கன்னு மட்டும் சொல்லி இருக்கார்...''

'படீர்' என எண்ணெயில் ஒரு முறுக்கு வெடித்தது.

''மாவில் கல் இருந்ததோ என்னவோ, முறுக்கு உடைந்து போச்சு மாமி....''

உடைந்தது முறுக்கு மட்டுமா என்பது போல நெஞ்சைப் பிடித்துக் கொண்டாள் விசாலம். கல், மாவில் இல்லை. சந்துருவின் மனதில்தான். பிள்ளை மனம் கல்லுதான். இல்லாவிடில் இருக்கிற பெற்றோர்களை இறந்ததாய்ச் சொல்ல முடியுமா? எங்கிருந்தாலும் பிள்ளை வாழ தான் இத்தனை வருஷம் பிரார்த்தனை செய்ததற்கு நல்ல பலன் கிடைத்துவிட்டது.

விசாலம் மனம் நொந்து போனவளாய் வெளியே வந்தபோது வித்யா எதிர்ப்பட்டாள்.

''மாமி! உடம்பு ரொம்ப மோசமாய்த் தெரியறீங்க.... நான் சொன்னபடி பிள்ளை கிட்டே சீக்கிரம் போயிடுங்க....''

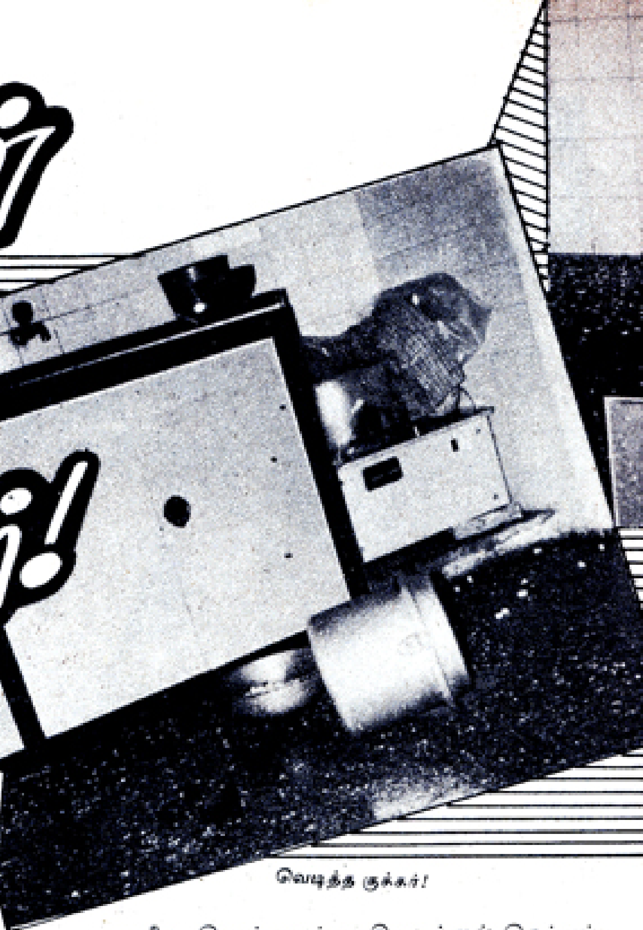
விசாலத்திற்கு அந்த வேதனையிலும் சிரிப்பு வந்தது.

---

250 கிராம் பச்சை மிளகாயை காம்பை எடுக்காமல் நன்கு அலம்பி ஒரு துண்டில் உலர்த்தவும். ஈரம் உலர்ந்த பின் இரண்டாக நீளவாட்டில் 2 ஆகவோ, 4 ஆகவோ நறுக்கிக் கொள்ளவும். இதில் தேவையான உப்பு, மஞ்சள் பொடி போடவும். ஒருகரண்டி கடுகு, ஒருகரண்டி வெந்தயத்தை நன்கு வறுத்துப் பொடித்துப் போடவும். ஆம்சூர் என்ற மாங்காய்ப் பொடி கிடைத்தால் ஒரு ஸ்பூன் போடவும். பிறகு பச்சை நல்லெண்ணெய் மேலாக விட்டு எண்ணெய் தெரியும்வரை ஊறவும். ஒரு வாரம் கழித்து உபயோகத்துக்குத் தயார். ரொட்டியோடு சாப்பிட்டால் நன்றாக இருக்கும்.

— கங்காமணி

உங்கள் பிரஷர் குக்கர்!



வெடித்த குக்கர்!



சமையலறையைப் படையெடுத்து, சமையல் முறையைப் புரட்சிகரமாக்கியுள்ள பலவிதமான சமையல் சாதனங்களில் பிரஷர் குக்கர் மிக முக்கியமானது. எதிர்பாராத விதத்தில் வரும் விருந்தாளிகளைச் சமாளிக்கவும், சமையலறையில் பல மணி நேரம் வியர்வை வடிய சமையல் செய்வதிலிருந்து தப்பிக்கவும் பிரஷர் குக்கர் மிக உதவுகிறது.

பிரஷர் குக்கரில் அரிசி, பருப்பு, காய்கறி என்று மூன்று விதப் பண்டங்களை ஏறக்குறைய ஒரே மணி நேரத்தில் வேக வைக்க முடியும். பல ஆண்டுகள், பிரஷர் குக்கரில் உணவு தயாரித்துப் பழக்கமிருந்தாலும், இல்லத் தலைவியர் பலருக்கு பிரஷர் குக்கரின் சக்தி, திறமை, முழுமையாகத் தெரிந்திருப்பதில்லை.

பிரஷர் குக்கர்கள் நடைமுறைக்கு வருவதற்கு முன்னர், திறந்த பாத்திரங்களில் சமைப்பது வழக்கமாக இருந்தது. இப்பாத்திரங்கள் மண், அலுமினியம், செம்பு, பித்தளை, வெண்கலம் ஆகியவற்றால் செய்யப்பட்டவையாக இருக்கலாம். பின்பு, டிபன் கேரியர் போல் ஒன்றின் மீது ஒன்றாக அடுக்கப்பட்ட பாத்திரங்களில் (இதை குக்மணி குக்கர் என்று சொல்வதுண்டு) சமையல் செய்யும் முறை வந்தது. இவ்வகையான சமையல் முறைகளில் அதிக எரிபொருள் தேவைப்படுகிறது. மேலும், கடினமான பண்டங்களைச் சமைப்பதற்கு அதிக நேரம் தேவைப்படுகிறது. அதிக நேரம் அடுப்படியில் இருக்க வேண்டியதால் சலிப்பு ஏற்படுகிறது. பண்டங்களை அதிக நேரம் வேக வைப்பதால், அவைகளின் சத்துக்கள் விரைகிவிடுகின்றன.

பிரஷர் குக்கரில் சமைக்கும்போது மேலே கூறப்பட்டுள்ள அசௌகரியங்கள் அறவே நீக்கப்படுகின்றன. பிரஷர் குக்கரின் அடிப்படைத் தத்துவம் என்ன? நீரின் மேலிருக்கும் பாத்திரத்தில் ஏற்படும் ஆவி, கட்டுப்படுத்தப் படாமல் வெளியேறுவதைத் தடுக்கும்போது பாத்திரத்திலுள்ள நீரின் கொதிநிலை அதிகமாகி, ஆவியின் அளவும் அதிகமாகிறது என்ற தத்துவத்தின் அடிப்படையில்தான் பிரஷர் குக்கர் தயாரிக்கப்படுகிறது.

இந்தியாவில் இரண்டு விதமான பிரஷர் குக்கர்கள் விற்பனைக்குள்ளன. 1. குக்கர் பாத்திரத்தின் வெளிப்புறத்தில் மூடி பொருந்தும்படியானது (பிரஸ்டீஜ் குக்கர்)



(2) குக்கரின் உட்புறத்தில் பொருந்தும்படியான மூடி அமைப்பு உள்ளது (ஹாக்கின்ஸ் குக்கர்). இந்த இரண்டு வகை குக்கர்களும் பெருவாரியாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது என்றாலும், உட்புறத்தில் பொருந்தும்படியான மூடி அமைப்புள்ள குக்கர்கள் அதிக பாப்புலர் ஆக உள்ளன. இவ்வகை குக்கர்கள் பாப்புலராக இருப்பதற்குக் காரணங்கள் (1) குக்கரின் உட்புறத்தில் ஆவியின் அழுத்தம் இருக்கிறவரை மூடியைத் திறக்க முடியாது. (2) தற்செயலாக, மூடி திறந்துவிடாமல் ஆவியின் அழுத்தம் மூடியை ஒரு நிலையில் பிடித்து நிறுத்துகிறது. (3) மேலும், மூடியைச் சுற்றிப் பொருத்தப்படும் இரப்பர் வளையம் (Gasket) மூடியின் மேல் விளிம்பில் பொருத்தப்படுகிறமையால், குக்கரோடு உராயாமல் இருக்கிறது. உணவிலிருந்து ஏற்படும் அமிலங்களால் பாதிக்கப்படாமலும் இருக்கிறது. எனவே, இந்த இரப்பர் வளையம் பலநாட்களுக்குப் பயன் தருகிறது. ஆனால் மூடி வெளியே பொருத்தப்படும் டிசைனில் இரப்பர் வளையம் மிக விரைவில் கெடடைகிறது.

பிரஷர் குக்கர்கள், 94.5 சதவீதம் அலுமினியக் கலவையுள்ள மக்னீஷியம், 5.5 சதவீதம் சுத்தமான, கலப்பில்லாத மக்னீஷியம், செம்பு, நிக்கல் போன்றவற்றின் கலவையால் உருவாக்கப்படுகின்றன.

அலுமினியம், இலேசான உலோகம். எந்த வடிவத்தையும் பெறக் கூடியது. எத்தனை நீளமாகவும் இழுக்க முடியும். மேலும், இது மின்சாரம் அல்லது சாதாரண உஷ்ணத்தை வெகு வேகமாகக் கடத்தக் கூடிய தன்மையுள்ளது. ஆனால், அலுமினியத்தின் பளபளப்பு வெகுநாட்களுக்கு நீடித்திருப்பதில்லை. குக்கர் எப்போதும் பளபளப்பாக இருக்க வேண்டும் என்ற அவா உடையவர்கள் எவர்சில்வர் குக்கர் வாங்கலாம். எவர்சில்வர், 85 சதவீதம் இரும்பு, 14 சதவீதம் குரோமியம் 1 சதவீதம் நிக்கல் சேர்ந்த கலவையாகும். ஆனால் எவர்சில்வர் நல்ல கடத்தி அல்ல. ஆகவே அதிக எரிபொருள் செலவாகும்.

எந்த சைஸ் பிரஷர் குக்கர் உத்தம சைஸ்?

நமது தேவைக்கு அதிகமான சைஸ் குக்கர் சமைப்பதற்கு அதிக நேரமும், எனவே அதிக எரிபொருளும் எடுத்துக் கொள்கிறது. நமது தேவைக்குக் குறைந்த சைஸ் குக்கராக இருந்தால் ஒரு தடவைக்கு அதிகமாகப் பயன்படுத்தப்பட வேண்டியதாகிறது.

சமையல் விரைவில் ஆவது, குக்கரின் சைஸ், எந்தவிதமான எரிபொருள் உபயோகிக்கிறோம், குக்கரின் உள்ளே வைக்கும் பாத்திரங்கள் ஆகியவற்றைப் பொறுத்ததாகும்.

பொதுவாக, ஐந்து லிட்டர் பிரஷர் குக்கருக்கு உள் வைக்க இரண்டு பாத்திரங்கள் கொடுக்கப்படுகின்றன. ஐந்து லிட்டருக்கு அதிகமாக உள்ள பிரஷர் குக்கருக்கு மூன்று பாத்திரங்கள் கொடுக்கப்படுகின்றன. இந்தப் பாத்திரங்கள் இருப்பதால், ஒரே சமயத்தில் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட பண்டங்களைச் சமைக்க முடியும்.

ஆனால் இங்கு ஒன்றை நினைவில் கொள்ள வேண்டும். குக்கருக்குள் வைக்கும் பாத்திரங்களில் வைக்கப்படும் பண்டங்கள் வேக, ஒரே நேரம் எடுத்துக் கொள்ளக் கூடிய பண்டங்களாக இருக்க வேண்டும். எடுத்துக்காட்டாக, ஒரே நேரத்தில், உருளைக் கிழங்கு, அரிசி, கொத்துக் கடலை ஆகியவைகளை குக்கர் பாத்திரங்களில் வேக விடுவது சரியான முறையல்ல. ஏனென்றால், குக்கருக்குள் உருளைக்கிழங்கு வேக எட்டு நிமிடமும், கொத்துக் கடலை (முன்பே ஊற வைக்கப்பட்டதாக இருந்தால்) இருபத்தைந்து நிமிடங்களும் தேவைப்படுகிறது. ஆகவே, கொத்துக் கடலை நன்றாக வெந்து வரும் போது, அதோடு வைக்கப்படும் அரிசி, உருளைக் கிழங்கு கூழ் போலாகிவிடும்.

ஹாட் பிளேட்டில் பிரஷர் குக்கர் பயன்படுத்தப்படும்போது, குக்கரின் அடிப்பாகம் நல்ல கெட்டியானதாக இருக்க வேண்டும். இந்தியாவில் சுமார் 36 தயாரிப்பாளர்கள் பிரஷர் குக்கர் தயாரிப்பில் ஈடுபட்டிருக்கின்றனர். இவைகளின் டிசைன், பயன்படுத்தப்படும் உலோகங்கள், ஆகியவைகளில் கணிசமான வேறுபாடு உடையவை. ஹாக்கின்ஸ், பிரஸ்டீஜ், யுனைடெட், பஜாஜ், தேவிதயால், மார்லெக்ஸ், ராஜேஷ், சூர்யா, சைனிக், பிரெஸ்டோ போன்ற பலவகையான குக்கர்கள். இவை ஒவ்வொன்றிலும் இரண்டு லிட்டரிலிருந்து 22 லிட்டர் வரை கொள்ளளவு உள்ள சைஸ்கள் உள்ளன.

பிரஷர் குக்கர் 50% எரிபொருளை மிச்சப்படுத்த உதவுகிறது. அதிக உஷ்ணத்தில் ஆவியின் அழுத்தத்தில் உணவு சமைக்கப்படுவதால், மொத்தமாக ஆகும் நேரம் கணிசமாகக் குறைகிறது. உணவுப் பண்டங்களிலுள்ள புரோட்டீன்கள், வைட்டமின்கள் முதலிய சத்துக்கள் வீணாகாமல் சமைக்கப்படுகின்

றன என்ற உண்மை, 1974ம் ஆண்டில் மைசூரிலுள்ள மத்திய, உணவு ஆராய்ச்சி நிலையம் நடத்திய ஆய்வில் அறியப்பட்டது.

பிரஷர் குக்கரில் சமைக்கும்போது சில முக்கியமான குறிப்புகளை நினைவில்கொள்ள வேண்டும். 1. குக்கருக்குள் போதுமான நீர் இருக்கவேண்டும்; 2. சமைக்கப்படவேண்டிய பண்டங்கள் கெட்டியான பதார்த்தங்களாக இருந்தால், குக்கருக்குள் வைக்கும் பாத்திரத்தில் மூன்றில் இரண்டு பங்குக்கு மேலே வைக்கக் கூடாது. நீரான பண்டங்களாக இருந்தால் பாத்திரத்தின் பாதிக்கு மேல் இருக்கக் கூடாது; 3. சமையல் குறிப்புகளில் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் அளவு நீர் பயன்படுத்தவும்; 4. பால் சேர்ந்த பண்டங்களைச் சமைக்கும்போது, முதலில் குறைந்த அளவு உஷ்ணத்தில் பாலைக் கொதி நிலைக்குக் கொண்டு வந்து பிறகு உஷ்ணத்தை அதிகமாக்கி, குக்கரினுள் இருக்கும் ஆவியின் அளவை அதிகரித்தல் வேண்டும்; 5. தானிய வகைகளைச் சமைக்கும்போது, முதலில் தனியாகக் குக்கர் பாத்திரத்தில் நீரைக் கொதிக்க வைத்துப் பிறகு அக்கொதி நீரில் தானியங்களைப் போட்டு சமைக்கவும்.

விரைவாக, சத்து மிகுந்த உணவு சமைக்க வேண்டுமானால் பிரஷர் குக்கரைச் சரியான முறையில் கையாள வேண்டும். அதிக உஷ்ணம் பயன்படுத்தி, குக்கரில் வைக்கப்படும் நீர் கொதிக்குமாறு செய்ய வேண்டும். பிறகு, குக்கரினுள் வைப்பதற்காகக் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் பாத்திரங்களில் சமைக்க வேண்டிய பண்டங்களை வைத்துத் தேவையான நீர் விடவும். இந்த நீர் கொதிக்கும் நீராக இருந்தால் மிக நல்லது. பிறகு பாத்திரங்களை நன்றாக, ஒன்றன் மீது ஒன்றாக அடுக்கிக் குக்கரினுள் வைத்து மூடியைச் சரியாக மூடவும்.

குக்கர் மூடியில் நடுவில் ஆவி வெளி வரும் துவாரத்திலிருந்து ஆவி தொடர்ந்து வரும்போது 'வெயிட் வால்வு' பொருத்தவும். கொஞ்ச நேரம் ஆனபிறகு, இந்த 'வெயிட்' குக்கருள் ஏற்படும் ஆவியின் காரணமாக 'உஸ்' என்ற சப்தத்துடன் ஆட ஆரம்பிக்கும். குக்கருள் போதுமான ஆவி ஏற்பட்டு விட்டது என்பதை இது குறிக்கிறது. இப்போது உஷ்ணத்தைத் தணிக்கவும். 'உஸ்' என்ற சத்தம் தொடர்ந்து வரும்படியாக, உஷ்ணம் சீராக்கப்பட வேண்டும். பிறகு அடுப்பிலிருந்து குக்கரை இறக்கிப் பத்து நிமிடங்கள் ஆற விட்டு, வெயிட் வால்வை எடுத்துவிட்டுப் பிறகு குக்கர் மூடியைத் திறக்கவும்.

2 வெள்ளரிப் பிஞ்சுகளை நறுக்கி, 4 டம்ளர் மோர், உப்பு, 2 ஸ்பூன் கொத்து மல்லித்தழை சேர்த்து மிக்ஸியில் அடிக்கவும். இதில் 1 ஸ்பூன் ஓமம் தாளித்து கோப்பைகளில் விட்டு ஐஸ் சேர்த்து வெள்ளரி வில்லை ஒன்றை மேலே வைத்துப் பரிமாறவும். வெயில் நேரத்தில் புத்துணர்வு அளிக்கக் கூடிய சுவையான சூப் இது.

— ரம்யா.



வெயிட் வால்வின் பணி என்ன?

குக்கருள் ஏற்படும் ஆவியைச் சீராக்கி குக்கருள் இருக்கும் அழுத்தம் மாறாமல் ஒரே நிலையில் இருக்க உதவுகிறது வெயிட் வால்வு. அளவுக்கதிகமான ஆவி ஏற்படும்போது, ஆட்டோமேடிக்காக, வெயிட் வால்வு, அளவுக்கதிகமான ஆவியை வெளியேற்றி குக்கருள் ஒரே நிலையான அழுத்தம் தொடர்ந்து இருக்கும்படிச் செய்கிறது.

புதிதாக விற்பனைக்கு வந்திருக்கும் பிரஸ்டீஜ் பிரஷர் குக்கரில் கேஸ்கட் ரிலீஸ் சிஸ்டம் இருக்கிறது. வெயிட் வால்வில் உணவுத் துண்டுகள் சேர்ந்து அடைத்துக் கொண்டு விடுமேயானால் வெயிட் வால்வு சரிவரச் செயல்பட்டு குக்கருள் ஏற்படும் அதிக ஆவியை வெளியேற்ற முடியாது. கேஸ்கெட் ரிலீஸ் சிஸ்டம் பொருத்தப்பட்டு இருக்கும் போது, குக்கருள் உள்ள ஆவியின் அழுத்தம் அதிகமாகும்போது, கேஸ்கெட்டின் ஒரு பகுதி சரிந்து அதிகமான ஆவி குக்கருக்குள் போய்விடுகிறது.

கேஸ்கெட் ரிலீஸ் சிஸ்டம் இல்லாத போது, உணவுத் துண்டுகள் அடைத்துக் கொண்டு வெயிட் வால்வு செருகப்படும் துவாரமும் அடைபட்டு ஒரு குறிப்பிட்ட நேரத்திற்குப் பிறகு, குக்கருள் ஏற்படும் அதிக ஆவியின் அழுத்தத்தின் காரணமாக வெயிட் தூக்கி அடிக்கப்படும். எனவே, குக்கர் மூடியைச் சுத்தப்படுத்தும்போது, ஒரு சிறிய, மெல்லிய ஊசியை, வெயிட் வால்வு செருகப்படும் துவாரத்தில் நுழைத்துச் சுத்தம் செய்ய வேண்டும்.

கேஸ்கெட் ரிலீஸ் சிஸ்டம் இருக்கும் போது கேஸ்கெட் சரிந்து விழுந்துவிடுகிறது. இவ்வாறு கேஸ்கெட் விழுந்துவிடும்போது, குக்கரை அடுப்பிலிருந்து இறக்கிக் குளிரச் செய்து, வெயிட் வால்வு ஏன் வேலை செய்யவில்லை என்று கவனிக்க வேண்டும்.

சேஃப்டி வால்வின் பணி என்ன?

குக்கர் மூடியின் ஒருபுறத்தில் பொருத்தப்பட்டிருப்பது சேஃப்டி வால்வு. குக்கருக்குள் போதுமான நீர் இல்லாதபோதும், வெயிட் வால்வு அடைத்துக் கொள்ளும் போதும், குக்கருள் அளவுக்கு அதிகமான அழுத்தம் ஏற்படுகிறது. குக்கருள், பாதுகாப்பான அளவுக்குமேல் ஆவியின் அழுத்தம் அதிகமானால்,

சிறந்ததையே வாங்கிடுபவர் தேர்ந்தெடுப்பது, காளி காப்பர் பாட்டம் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் பாத்திரங்கள்



ஏனென்றால், நிகரில்லாத பல அனுகூலங்களை ஒன்றாக அளிப்பது காளி மட்டுமே.

ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் ("எவர்சில்வர்") வகை பாத்திரங்களில் உன்னதத்திற்கு 35 வருடங்களுக்கும் மேலாக பெயர்பெற்ற காளி பிராண்ட், இப்போது காப்பர் பாட்டம் பாத்திரங்கள் தயாரிப்பில் நெ. 1 ஆக விளங்குகிறது.

காளி காப்பர் பாட்டம் சமையல் பாத்திரங்கள் தரும் நன்மைகள்:

* **துரித சமையல்.** சமையல் வேலைநேரம் பாதியாகக் குறைகிறது. காரணம், வெப்பம் கடத்துவதில் (வெள்ளிக்கு அடுத்தபடியாக) செம்பு உலோகமே மிகச்சிறந்த திறனுள்ளது.
* **குறைவான எரிபொருள் செலவு.** சமையல் முழுவதையும் மிதமான (LOW) தீ மட்டத்திலேயே செய்துவிடலாம். சூடு ஒரேசீராக பரவுவதால், உணவு சில பகுதிகள் வேகாதிருப்பதும் தீய்ந்துபோவதும் தவிர்க்கப்படுகிறது.
* **நீடித்திருக்கும் பெறுமானம்.** ஸ்டெயின்லஸ் ஸ்டீலும் செம்பும் அணுவிற்கு அணு இணைந்திருப்பதால், அவற்றின் கூட்டு இணைபிரியாதது. மேலும், பாத்திர வெளிச்சுவரின் அடிப்பகுதி கனைச்சுற்றிலும் கூட செம்பு "மூடியிருப்பதால்", தீயின் வெப்பம் முழுமையாகப் பயன்படுகிறது; சூடு ஒரேசீராகப் பரவுகிறது.

இல்லத்தரசிக்கு அதிக ஓய்வு நேரம். வேலைக்குச் செல்லும் பெண்ணிற்கு துரித சமையல் அனுகூலம். அனைவருக்கும் எரிபொருள் செலவில் சேமிப்பு, பக்குவமான சமையல், பணத்திற்கு நீடித்தகால பலன்.



போலிகள் ஜாக்கிரதை. 'Kali' டிரேடு மார்க் உள்ளதா என கவனிக்கவும்.



விற்பனை ஏஜெண்ட்:

ஸ்ரீ வித்யா ஏஜன்ஸீஸ், கும்பேசுவரர் சன்னதி, கும்பகோணம்—612 001

ரீஜனல் ஏஜெண்டுகள்:

சம்மு & கோ, த.பெ. எண். 3622, ம.கா. ரோடு, எர்ணாகுளம், கொச்சின்—682 011 போன்: 361139
ஈஸ்ட் இண்டியா கம்பெனி, 3, அம்ரிதா பேனர்ஜி ரோடு (காளிகாட் P.O. எதிரில்) கல்கத்தா—700 036 போன்: 471840
விக்டர் மெட்டல்ஸ், 101, கேத்வாடி மெயின் ரோடு, பம்பாய்—400 004. போன்: 380 075/354507.
J. C. மன்சந்தா, 15A/38, கரோல்பாக், புதுதில்லி—110 055 போன்: 562019.

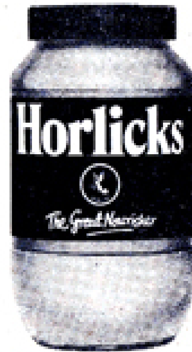
M85.91 Tm.



ஹார்லிக்ஸ் எங்களுடைய குடும்ப நண்பன். ஆபீஸிலிருந்து களைப்புடன் திரும்பிவரும் என் கணவருக்கு, காலேஜ் மற்றும் டான்ஸ் கிளாஸை முடித்துக் கொண்டு வரும் என் பெண்ணிற்கு, ஸ்கூல் முடிந்து திரும்பும் புட்பால் வீரனான என் பையனிற்கு—ஏன், தினமும் கடைகண்ணி போய் திரும்பும் எனக்கும்தான்—ஹார்லிக்ஸின் துணை ரொம்ப முக்கியம். எங்கள் குடும்பத்தின் நலனிற்காக நான் ஹார்லிக்ஸையே நம்புறேன்.

மால்டெட் பார்லி, முழு ஆடைப் பால் மற்றும் பொன்னிற கோதுமை கொண்ட ஹார்லிக்ஸ் ஒரு சுவையான, சத்தான பானம்.

ஊட்டச்சத்திற்கு மூலாதாரமான ஒரு லட்சிய பானமென்ற நம்பிக்கையை பெற்றது. எனவே, கடந்த நூறு வருடங்களாக கோடிக்கணக்கான குடும்பங்கள் உலகமெங்கும் ஹார்லிக்ஸின் மேல் நம்பிக்கை வைத்து வருகிறார்கள் என்பதில் ஆச்சரியமில்லை.



இப்போது!
ஹார்லிக்ஸ் பிஸ்கட்ஸ்
ஹார்லிக்ஸின் நலமிக்க கரகர
மொறுமொறு பிஸ்கட்!



சிறந்த ஊட்டச்சத்துமிக்க பானம்

HMM-9045TAM(R)

இந்த சேஃப்டி வால்வு உருகி, அளவுக்கதிகமான ஆவியை வெளியேற்றும் வகையில் அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது. சில குக்கர்களில் இந்த சேஃப்டி வால்வு கைப்பிடிக்கு அடியில் அமைந்திருக்கும்.

குக்கரைப் பாதுகாப்பது எப்படி?

குக்கரின்வெளிப்புறத்தைசோப்புக்கலந்த கொதி நீரினால் சுத்தம் செய்து, உடனே உலர வைக்க வேண்டும். குக்கரை நீரில் அமுக்கி வைக்கும்போது, பளபளப்பு மங்கிவிடுகிறது. வாஷிங் சோடா உபயோகித்துச் சுத்தம் செய்யக் கூடாது. குக்கர் மங்கிய நிலையில் இருந்தால், அலுமினியத்தைச் சுத்தம் செய்யக்கூடிய டார்ட்டாரிக் அமிலம் உபயோகித்துச் சுத்தம் செய்யலாம். சமைக்கும்போது, குக்கருள் ஒரு சிறு துண்டு புளியோ, அல்லது ஒரு துண்டு எலுமிச்சையோ போட்டு வைத்தால், உட்புறம் கறுப்பாக ஆகாமல் பளிச் சென்று இருக்கும். (எலுமிச்சம் தோலை வெயிலில் உலர்த்தி எடுத்து வைத்துப் பயன் படுத்தலாம்.)

குக்கரைச் சுத்தப்படுத்தியவுடன், நன்றாக உலர்ந்த துணியால் துடைத்து வைக்க வேண்டும். மூடியை மூடிய நிலையில் வைக்க வேண்டாம். பல வீடுகளில், குக்கரை, சமைப்பதற்கு மட்டுமன்றி வேறு பல வேலைகளுக்கும் பயன்படுத்துகிறார்கள். இது தவறு. குக்கருக்குள் வைக்கப்படும் பாத்திரங்களை வேறு எதற்கும் உபயோகிக்கக் கூடாது. குக்கரையும், உள் வைக்கும் பாத்திரங்களையும் குப்புறப் போட்டுச் சுத்தம் செய்யக் கூடாது. குப்புறப் போட்டுச் சுத்தம் செய்யும்போது, விளிம்புகள் தேய்ந்து, பாத்திரங்கள் ஒன்று மீது ஒன்று சரிவரப் பொருந்தாது. பொருந்தாதபோது, இடைவெளி இருக்கும். எனவே ஆவி ஏற்படுவது தடைப்படும். ஆகவே குக்கரையும் பாத்திரங்களையும், வேறு எந்த முறையிலும் பயன்படுத்தக் கூடாது.

இரப்பர் வளையம் நெடுநாட்களுக்குப் பயன்பட வேண்டுமானால் குக்கரைத் திறந்தவுடன் வளையத்தை எடுத்துக் குளிர்ந்த நீரில் போட்டு விடவும். வாரத்திற்கு ஒருமுறை, ரிஃப்ரிஜிரேட்டரில் உள்ள ஐஸ் தயாரிக்கும் ஷெல்ஃபில் ஒரு மணி நேரத்திற்கு வைத்து எடுக்கவும்.

புதுவித பிரஷர் குக்கர்கள்

எலக்ட்ரோமேடிக் குக்கர் எனும், மின்சார இணைப்புக் குக்கரால், சமைக்கும் நேரம், கணிசமாகக் குறைக்கப்படுகிறது. பல வகையான ஆகாரங்களை ஒரே நேரத்தில் தயாரிக்கலாம். இம்முறையில் உஷ்ணம் வீணாவதில்லை. குக்கர் ஒரு டைமரோடு (டைமர், நேரத்தை அட்ஜஸ்ட் செய்ய உதவும்) இணைக்கப்படுகிறது. மற்ற குக்கர்களில் உள்ளது போலவே, மின்னிணைப்பு உள்ள குக்கர்களிலும் வெயிட் வால்வு, சேஃப்டி வால்வு, கேஸ்கெட் ரிலீஸ் சிஸ்டம் போன்றவை உள்ளன. மின்னிணைப்புக் குக்கரில் அதிகப்படியாக, தாமிரத்தாலாகிய, உஷ்ணப்படுத்தக் கூடிய மின் சுருள் உள்ளது. இக்குக்கரைச் சுத்தம் செய்யும்போது முதலில் மின்னிணைப்பை எடுத்துவிட்டுப் பிறகு சுத்தம் செய்ய வேண்டும்.

இன்ஃப்ராமேடிக் குக்கர்

ஒளிக் கற்றையில் (இந்த ஒளிக் கற்றை என்பது ஏழு நிறங்களைக் கொண்டது. **VIBGYOR** (வயலெட், இண்டிகோ, நீலம், பச்சை, மஞ்சள், ஆரஞ்சு, சிவப்பு கொண்டது) என்று கூறப்படுகிறது. சிவப்பு நிறத்திற்குக் கீழ் இருக்கும் ஒளிக் கதிர்கள் ஆங்கிலத்தில் இன்ஃப்ரா ரெட் ரேஸ் என்று குறிக்கப்படுகிறது. இந்த ஒளிக் கதிர்கள் மிகச் சக்தி வாய்ந்தவை. இந்த ஒளிக் கதிர்களைப் பயன்படுத்தும் இன்ஃப்ராமேடிக் குக்கர்கள் ஹாக்கின்ஸ் தயாரிப்பாளர்களால் தயாரிக்கப்படுகின்றன. இவ்விதமான குக்கர்கள் மேலைநாடுகளில் மிக அதிகமாக விற்பனையாகின்றன. இதில் மிக வேகமாக உணவு சமைக்கப்படுகிறது. அடிப்பிடிக்காத, சுலபமாகச் சுத்தம் செய்யக் கூடிய ஏழு விதமான பாத்திரங்கள் இக்குக்கரில் உள்ளன. உணவின் இயற்கையான ருசியும், சத்துக்களும் கெடாமலும் இருக்கும்.

> இட்லி பண்ண அரிசி மாவு உளுந்து மாவு இல்லையா? கவலை வேண்டாம்! ரவையைக், கொஞ்சம் பெருங்காயம் கரைத்ததண்ணீர்த்தெளித்துத்தேவையான உப்பு போட்டு, தேவையானால் கொஞ்சம் தண்ணீர் தெளித்து, சிறு உருண்டைகளாக உருட்டிக் காயும் எண்ணெயில் போட்டு எடுத்தால் இட்லி ரெடி.
> — கங்காமணி

சிம்மர்மேடிக் குக்கர்

இது இன்ஃப்ராமேடிக் குக்கருக்கு எதிர்ப்பதமானது. இன்ஃப்ராமேடிக் குக்கர் மிக அதிவிரைவில் சமைக்கிறது என்றால், இந்த சிம்மர்மேடிக், மிக அதிக நேரம் எடுத்துக் கொள்கிறது. எடுத்துக்காட்டாக, நமக்குக் காலையில் சூடான உணவு தயாராக வேண்டுமென்றால் முன் இரவிலேயே இந்த சிம்மர்மேடிக் குக்கரில் பண்டங்களைப் போட்டு

வைத்துவிட்டால், காலையில் சூடான சாப்பாடு தயாராகிவிடும். சமைப்பதற்கு அதிக நேரம் எடுத்துக் கொண்டாலும் அடிப் பிடிப்பதில்லை. இதில் உஷ்ணத்தைச் சீராக்கும் அட்ஜஸ்ட்மெண்ட் இணைந்துள்ளது. பருப்பு, ராஜ்மா, தக்காளி சூப், சிக்கன் ரோஸ்ட், முட்டைக் கோஸ் போன்றவைக்கு முறையே 12, 10, 10, 4, 4, 5 மணி நேரம் தேவைப்படுகிறது.

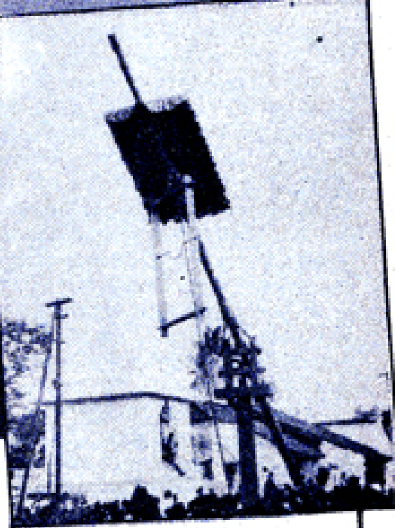
பிரஷர் குக்கர் அன்றி வேறு பல வகையான ரைஸ் குக்கர்கள், மில்க் குக்கர்கள் போன்றவையும் விற்பனைக்கு வந்துள்ளன.

— ராஜி

எங்க ஊர் உற்சவம்

விநோதக் காவடி!





எங்கள் ஊராகிய நாகபட்டினத்தில் பல கிராம தேவதைகளின் கோயில்கள் இருந்தபோதிலும்நெல்லுக்கடை மாரியம்மன் கோயில் பிரசித்தமானது. மிகவும் சக்தி வாய்ந்த தெய்வமென்று மாரியம்மனை எல்லா மக்களும் கருதுகிறார்கள். தெய்வங்களுக்குப் பல வகை வேண்டுதல்கள் செய்து கொள் கிறார்கள். காது குத்தல், பாவாடை வாங்கிக் கட்டுதல், தீ மிதித்தல் முதலியவற்றைப் பற்றிக் கேள்விப்பட்டிருக்கிறோம். ஆனால், இந்த நெல்லுக்கடை மாரியம்மன் கோயிலில் ஒரு விசித்திரமான வழக்கம் வெகு காலமாக இருந்து வருகிறது. ஆண்டுத் திருவிழாவின் போது, 'பாடைக்காவடி' என்று ஒருவிதமான காவடிகளைப் பக்தர்கள் எடுத்து வருகிறார்கள்.

கொடிய வியாதியினால் பீடிக்கப்பட்டு வருந்துபவர்கள், இந்த மாரியம்மனுக்கு வேண்டிக் கொள்வர். தாங்கள் பூரண குணம் பெற்றால், அடுத்த ஆண்டு கோயில் உற்சவத்தின்போது பாடைக் காவடி எடுப்பதாக நேர்ந்து கொள்வார்கள்.

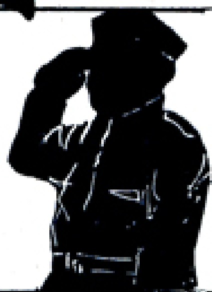
ஆடிப் பெருக்கின்போது சிறுவர்கள் சப்பரங்களைக் கட்டி வீதி வழியே இழுத்துச் செல்லுவதுபோல் பெரிய அளவில் நான்கு சக்கரங்களுடன் சப்பரங்களை கட்டிப் பாடையைப் போல் தென்னை, பாளை, கூந்தல், இளநீர் முதலியவற்றைக் கட்டி அலங்கரிப்பார்கள். பிரார்த்தனைக்காரர்கள் ஊரின் நடுவில் உள்ள குளத்தில் நீராடி, மஞ்சள் ஆடை உடுத்து அந்தச் சப்பரத்தில் மல்லாந்து படுத்துக் கொள்வார்கள். பிணத்தைப் போலவே கழுத்துவரையில் புதிய துணியால் போர்த்துவிடுவார்கள். தாரை, தம்பட்டம் முதலியவை ஒலிக்கச் சப்பரங்களை அந்த அந்தக் குடும்பத்தினர் கயிறு கட்டி வீதி வழியே இழுத்துச் செல்வர். கோயிலை அடைந்ததும், அதில் படுத்திருப்பவர் எழுந்திருந்து மாரியம்மனை வழிபடுவார். அவருடைய குடும்பத்தினர் மாவிளக்கு ஏற்றி ஆராதனை செய்வர்.

ஆனித் திருவிழா தினத்தன்று இத்தகைய பாடைக் காவடிகளை நூற்றுக் கணக்கில் இந்த ஊரில் பார்க்கலாம்.

மற்றொரு பிரார்த்தனை குழந்தைகளை அன்றைய தினம் செடில் மரத்தில் சுற்றுதல்.

கிராமத்தில் வயல்களுக்குத் தண்ணீர் பாய்ச்ச உபயோகிக்கும் ஏற்ற மரத்தைப் போல் முழுவதும் மரத்தில் செய்து, கோவிலுக்கு எதிரில் அமைக்கப்படும். மேலும், கீழும் ஏறி இறங்கும். மரத்தின் உச்சியில் வீட்டு நிலைப்படியைப் போல் மரத்தில் செய்து தொங்கவிடப்பட்டிருக்கும். காத்தவராயன் உடையில் கோயில் பூசாரி இதில் நின்று கொண்டு குழந்தையை தனது இரு கால்களிலும் ஏந்தியிருக்க, அந்தச் செடில் மரம் மூன்று சுற்றுச் சுற்றி வந்ததும் குழந்தை பெற்றோரிடம் சேர்க்கப்படும். இத்துடன் அந்த வேண்டுதல் முடிவு பெறுகிறது.

— என். வி. ஆர். ஸ்வாமி.



நமது வீர வணக்கங்கள்

இந்தியாவின்
சுதந்திரப் போராட்ட களத்தில்
போராடிய
பெண்களும் ஏராளம்.
அவர்களுக்கும் நம்முடைய
வீர வணக்கங்கள்.
சிலரை இங்கு
நினைவு கூர்கிறோம் —



வீராங்கனை சென்னம்மா

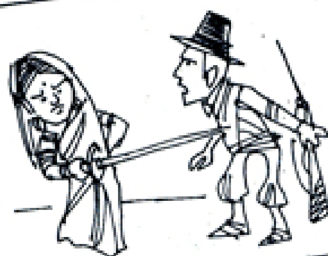
கிட்டூர் (மைசூர் பிரதேசம்) ராணி சென்னம்மா பிரிட்டிஷ்காரர்களை நேருக்கு நேர் எதிர்த்த முதல் வீராங்கனை. ஆண்டுக்கு ரூ 1,75,000 கப்பம் கட்ட வேண்டும் என பிரிட்டிஷார் சென்னம்மாளை வற்புறுத்தினர். ஆனால் இக்கப்பம் கட்டப்படவேயில்லை. ஆறு ஆண்டுகளாக இது விஷயமாக பிரிட்டிஷாருக்கும் சென்னம்மாளுக்கும் தகராறு இருந்து வந்தது. பிரிட்டிஷ் தளபதி தாக்கர்ஸே சென்னம்மாவினால் போரில் கொல்லப்பட்டான். ஆனால் இந்த வெற்றி நீடிக்கவில்லை. சிலதுரோகிகளின் வஞ்சனை காரணமாக கிட்டூர் பிரிட்டிஷார் வசமாயிற்று.

இப்போது கிட்டூரில் சென்னம்மாவின் சிலை குதிரை மீது வீற்றிருக்கும் பாணியில் இடம் பெற்றுள்ளது.

பல்வேறு ஜான்ஸி ராணிகள்

1857 சுதந்திரப் போர் என்றதும் உடனே ஜான்ஸி ராணி லட்சுமிபாய் நினைவுதான் எல்லோருக்கும் வரும். போர்க்களத்தில் வாளேந்தி போரிட்டு வீர மரணம் அடைந்த பெண் அவர் ஒருவர்தான் என்று கூறிவிட முடியாது.

ராம்தர் ராணி பிரபாவதி தேவியும் ஜான்ஸி ராணியைப் போல் வெள்ளையருக்குச் சிம்ம சொப்பனமாக விளங்கியவர். கடைசி மொகலாய மன்னர் பகதூர் ஷாவின் மனைவி ஜீனட் மஹால் அஞ்சா நெஞ்சம் படைத்தவர். அவரின் வீரம் டில்லி



சிப்பாய்கள் கொதித்தெழக் காரணமாக இருந்ததென்பதை சரித்திரம் கூறுகிறது.

ராணி லக்ஷ்மிபாயின் மருமகள் (சகோதரர் பெண்) மகாராணி தபஸ்வினி. இவர் முதல் சுதந்திரப் போரில் பங்கு பெற்றதற்காக சிறைப் பிடிக்கப்பட்டு திருச்சி மலைக் கோட்டையில் சிறை வைக்கப்பட்டிருந்தார். 1901ல் லோகமான்யத் திலகர் இவரைக் கல்கத்தாவில் சந்தித்தார். இவ்விருவரும் கலந்து நேபாள அரசின் உதவியுடன் ஒரு

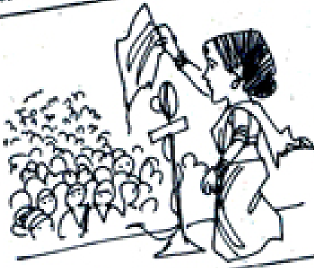
வெடி குண்டு உற்பத்தித் தொழிற்சாலை ஏற்படுத்துவது குறித்து ஆலோசித்ததாகவும் தெரிகிறது.

கொடி காத்த மாதாங்கனி—கனகலதா

1942ம் ஆண்டு ஆகஸ்ட் புரட்சியில் கொடிகாத்த வீராங்கனைகள் இருவரைப் பற்றிப் பலருக்குத் தெரிந்திருக்காது. மிதுனபுரியில் மாதாங்கனி என்ற 73



வயது மூதாட்டி மாபெரும் ஊர்வலத்திற்குத் தலைமை வகித்துச் சென்றார். போலீசார் துப்பாக்கிப் பிரயோகம் செய்தபோது ஒரு ரவை அவர் கையில் பாய்ந்தது. அப்படியும் அவர் தேசியக்கொடியைகைவிடவில்லை. "இந்தியத் துருப்பினர்களே, இந்தியரைச் சுடாதீர்கள். ராணுவத்தை விட்டு விலகி சுதந்திரப் போராட்டத்தில் சேருங்கள்" என்று உரக்கக் கூவினார். அது சமயம் மற்றொரு ரவை அவர் நெற்றியில் பாய்ந்தது. ஆவி பிரிந்தும் அவர் கொடியை விடவில்லை.



அஸ்ஸாமில் உள்ள கோபூரில் 1942 செப்டம்பர் 20ம் நாள் 15 வயதுள்ள யுவதி கனகலதா போலீஸ் நிலையம் மீது தேசியக் கொடியைப் பறக்கவிட முயன்றாள். துப்பாக்கியால் சுடப்பட்டு மேலிருந்து கீழே விழுந்து மாண்டார்.

கொடி கொடுத்த திருமதி காமா

அயல் நாட்டிலிருந்து இந்திய விடுதலை இயக்கத்திற்குப் பலவிதத்திலும் உதவியவர் காமா. 1907 இல் ஜெர்மனியில் ஸ்டட்கார்ட் நகரில் நடைபெற்ற சர்வதேச சோஷலிச மகாநாட்டில் இந்தியாவிற்குச் சுதந்திரம் வேண்டும் எனப் பேசினார். உலக மகாநாட்டில்சுதந்திரக்கோரிக்கையைஎழுப்பியது இதுவே முதல் தடவை. இந்தியாவிற்கென தனிக்கொடி எதுவும் அப்போது கிடையாது. திருமதி காமா பச்சை வர்ணத்தில் காவி வர்ணத் தலைப்புப் புடைவை அணிந்திருந்தார். தம் புடைவையின் தலைப்பைக் கிழித்து அம்மகாநாட்டிலேயே அவர் கொடியாகப் பறக்க விட்டார்.

லண்டனில் திருமதி காமா செய்த நெருப்பைக் கக்கும் பிரசாரங்களைக் கண்டு பிரிட்டிஷ் அரசு அதிர்ச்சி அடைந்தது. இவர் தாதாபாய் நௌரோஜியின் அந்தரங்கக் காரியதரிசியாகப் பணி செய்தவர். தாதாபாய் காமன்ஸ் சபைக்குத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டபோது ஸாலிஸ்பரி பிரபு "வெள்ளையர் நடுவில் ஒரு கறுப்பரா?" என்று பேசிவிட்டார். அந்த இடத்திலேயே காமா ஒரு கூட்டம் போட்டு அந்த வெள்ளையரைக்



கண்டித்தார். ஸாலிஸ்பரி பிரபு மன்னிப்புக் கேட்கும் வரை அவரை காமா விடவில்லை.

தன் முதுமைக் காலத்தில் திருமதி காமா இந்தியா வரத் திட்டமிட்ட போது பிரிட்டிஷ் அரசு தடைவிதித்தது. தாய்நாடு திரும்ப வேண்டும் என்ற பேரவாவினால் உத்திரவாதம் கொடுத்து நாடு திரும்பினார். ஆனால் அவர் கப்பலிலிருந்து ஆம்புலன்ஸில் கொண்டு செல்லப்பட்டார். 1936 ஆகஸ்ட் 13 ஆம் தேதி இவர் காலமானார்.



வெள்ளையரைக் கதிகலங்க வைத்த ப்ரீதி தேவி

1930 ஆம் ஆண்டு சிட்டகாங் நகரில் (தற்போது இந்நகர் பங்களாதேஷில் உள்ளது) அரசாங்க ஆயுத சாலையைப் புரட்சி வீரர்கள் கொள்ளையடித்தனர். அவ்வீரர்களின்

அபாரத் துணிச்சலையும் வீரத்தையும் கண்டு தேசமே வியந்தது. இவ்வீரர் கோஷ்டியில் ஒருவர் ப்ரீதி தேவி. இந்த இயக்கத்தின் தலைவர் சூரசேனன். இவருக்கு வலது கைபோல் விளங்கியவர் ப்ரீதி தேவி.

கொள்ளை நடந்த பின்னும் இவர் மூன்று ஆண்டுக் காலம் தலைமறைவாக இருந்து பிரிட்டிஷ் அதிகாரிகளுக்குக் கொடுத்த தொல்லை கொஞ்ச நஞ்சமல்ல. புரட்சிக் குழுவில் இருக்கும்போது இவர் ஆண் உடையில் இருப்பார்.

புரட்சிக் குழுவில் பெண்களும் சேர்ந்திருப்பார்கள் என்பதை பிரிட்டிஷ் அதிகாரிகள் கனவிலும் கருதவில்லை. ஒரு சமயம் சூரசேனனும் ப்ரீதி தேவியும் எக்கச்சக்கமாக அகப்பட்டுக்கொண்டனர். துருப்புக்கள் குண்டு வீசின. ப்ரீதியும் பயமின்றி குறிபார்த்துச் சுட்டார். இச்சமயம் நிர்மலன் என்ற அவர் சகா மீது குண்டு பாய்ந்தது. அந்த வீரனைத் தன் தோளின் மீது தூக்கிக்கொண்டு வேறு இடத்திற்குத் தப்பிச் சென்று விட்டார்.

ஒருநாள் இரவு முஸ்லிம் இளைஞன் வேடத்தில் சூரசேனனைக் காணச் சென்றார். அதிகாரிகளுக்கு இவர் மீது சந்தேகம் ஏற்பட்டு இவரைத் துரத்திச் சென்றனர். அப்போதும் தப்பிவிட்டார்.

1932 செப்டம்பர் 24 ஆம் நாள் சிட்டகாங் நகரில் ஆங்கில அதிகாரிகள் குடித்து கும்மாளமடித்துக் கொண்டிருந்தனர். ஒரு சேர அனேக ஆங்கிலேயரைத் தீர்த்துக் கட்ட அதுவே சமயம் என எண்ணினார் ப்ரீதி தேவி. அவளின் திட்டப்படியே குண்டு வீச்சு நடந்தது. அச்சம்பவத்தின் போது தான் பிடிபடும் நிலையை உணர்ந்த இப் பெண்மணி தன்னைத்தானே சுட்டுக்கொண்டு வீர சுவர்க்கம் புகுந்தார்.

அடி வயிற்றில் பாறாங்கல்லை யார் வைத்தது? உஷ்ண வாய்வுதான். மூச்சு கூட விட முடியாமல் அவதிப்பட்டேன். நானும், ஆளுக்கொரு மருந்து சொல்ல, வெந்நீரில் நெய்விட்டு சுக்குப் பொடி, போன்ற முறைகளைக் கலக்கிக் குடித்தல், கையாண்டும், பலன் ஏற்படவில்லை. கடைசிபட்சமாக, மோரில் ½ தேக்கரண்டி பெருங்காயத் தூளைக் கலக்கி மடக்கென்று விழுங்கப் படக்கென்று வாய்வு பிடிப்பு ஒடிந்து, என்னை மீண்டும் சகஜ நிலைக்குக் கொண்டு வந்ததை வாசகர் களுடன் பகிர்ந்துக் கொள்கிறேன். (அனுபவத்தைத்தான்!)

— திருமதி தேவநாதன்

நன்கு வறுத்துப் பொடி செய்து கொண்ட ஒரு பங்கு வெந்தயத்துடன் நான்கு பங்கு சர்க்கரையைக் கலந்து சாப்பிட்டால் மாதவிடாய்க் காலங்களில் ஏற்படும் வயிற்று வலி மற்றும் இடுப்பு வலி யாவும் அறவே அகன்றுவிடும்.

— ஒரு மருத்துவ நூலிலிருந்து:
— ஆர். அரிகோபி.

வள்ளியம்மையின் தியாகம்

காந்திஜி தன் சத்தியாக்கிரகப் போரை முதன் முதலில் தென் ஆப்பிரிக்காவில் தான் மேற்கொண்டார். அப்போது இப்போரில் பெண்மணிகளையும் சேரும்படி அழைத்தார். பல பெண்கள் முகமலர்ச்சியோடு சத்தியாக்கிரகப் போரில் ஈடுபட்டனர். முனுசாமி முதலியார் என்ற தமிழரின் மனைவியாகிய வள்ளியம்மை என்ற வீரப் பெண்மணி தென் ஆப்பிரிக்காவில் இந்த சத்தியாக்கிரகப் போரில் ஈடுபட்டுச் சிறை புகுந்தாள். அவளுக்கு வயது பதினாறு. சிறையிலிருந்து வந்தவுடன் அவள் நோய் வாய்ப்பட்டு இறந்தாள். வள்ளியம்மையின் வீரத்தைப் பற்றி காந்தியடிகள் கூறும்போது, "அவளை நான் எவ்வாறு மறக்க முடியும்?" என உருக்கத்தோடு கூறினார்.

வள்ளியம்மை தென் ஆப்பிரிக்காவின் ஜோஹன்ஸ்பர்க்கில், சிறையிலிருந்து வந்தவுடன் ஜுரத்தில் பீடிக்கப்பட்டுக் கிடந்தாள். அவளின் நெடிய உருவம், அவளின் மெலிவை மிகுதியாக எடுத்துக் காட்டியது. அக்காட்சி காந்தியடிகளின் உள்ளத்தை உருக்கியது.

"வள்ளி — நீ ஜெயிலுக்குப் போனது பற்றி வருத்தப்படவில்லையே" என்று கேட்டார்.

"வருத்தப்படுவதா! இப்போது திரும்பவும் கைது செய்தாலும் சிறை செல்லத் தயார்," என்று கண்களில் ஒளி பளிச்சிடச் சொன்னார் அவள்.

"அதனால் உன் உயிருக்கே ஆபத்து வந்தால்?"

"அதைப் பற்றியும் கவலைப்பட மாட்டேன். தன் தாய்நாட்டிற்காக சாக ஆசைப் படாதவர் யார்?" என்று உடனே பதிலளித்தாள். இந்த வார்த்தை காந்தியடிகளின் உள்ளத்தை உருக்கியது.

வள்ளியம்மையின் பெயர் இந்தியா உள்ள வரையில் தென் இந்திய சரித்திரத்தில் இருக்கும் என்று காந்திஜி தன் சுய சரிதத்தில் எழுதியுள்ளார். இத்தகைய வீரப் பெண்மணியின் பெயரால்தான் தமிழகத்தில் ஒரு மாவட்டம் அமையவுள்ளது என்பது, பெண்ணினத்திற்கே பெருமைதரும் விஷயமாகும்.

தேவகோட்டை பி. நாராயணன்

ஹலோ, உங்களுக்குத் தான் இந்தக் கட்டுரை!





'வாழ்க்கையை சந்தோஷமாக வாழுங்கள்'

எப்படி?

விளக்குகிறது இந்த மனோதத்துவக் கட்டுரை.



சே, என்ன வாழ்க்கை! திரும்பத் திரும்ப ஆபீஸ், ஆபீஸ் விட்டால் வீடு... ஆபீஸில் மேனேஜர் பிடுங்கல், வீட்டில் கணவர் குழந்தைகள் பிடுங்கல்... இதையெல்லாம் விட்டொழித்துவிட்டு எங்கேயாவது ஓடிவிடலாம். போலிருக்கிறது என வெறுப்பாக இருக்கிறதா?

ஹலோ, உங்களுக்குத்தான் இந்தக் கட்டுரை!

காலையில அஞ்சு மணிக்கு எழுந்து சமைச்சு, கணவரின் முணுமுணுப்புக்கு ஈடு கொடுத்து கசி ருசி பார்த்துப் பரிமாறி... குழந்தைகளுக்குஷூ முத்தம்கொண்டுபோட்டு விட்டு... அவர்களின் வீட்டுப் பாடம்... ஒரு வழியாய் ஒன்பது மணிக்கு ஓய்ஞ்சுதா... அப்புறம் துணி துவைத்து ரேஷன் வாங்கி, கரண்ட் பில் கட்டி, டிபனுக்கு அரைத்து... மீண்டும் மாலையில் பழைய கதையையே... ஆரம்பித்து... நீங்களும் ஓடிவிடலாம் என அலுத்துக் கொள்கிறீர்களா?

உங்களுக்கும் சேர்த்துத்தான் இந்தக் கட்டுரை:

"தீர்க்க முடியாத வியாதியா? அதோடு வாழப் பழகிக் கொள்!"

இந்தக் குறளைப் புத்தகத்தில் தேடாதீர்கள். இந்த ஆங்கிலப் பழமொழியின் அர்த்தத்தைத் தெரிந்து கொள்ளுங்கள்.

நாம் என்ன அலுத்துக் கொண்டாலும், இந்த அன்றாட 'பட்டியல்போட்ட வாழ்க்கை' மாறப் போவதில்லை.

சரி, அதையே கொஞ்சம் சந்தோஷமாக

ஸ்நேஹா

வாழக் கற்றுக் கொண்டு விடுவோமே!

அதற்கு என்ன வழி?

அப்படி வாருங்கள் வழிக்கு. முதலில் எரிச்சலை முகத்தை விட்டுத் துடைத்துப் போட்டுவிட்டு சகஜமாக, கொஞ்சம் ஃப்ரீயாக உட்காருங்கள்.

இப்போது பேசுவோமா?

நாம் எல்லோருமே வாழ்க்கை ஒரே ரொமனுகப் போய்விட்டது என நினைத்துக் கொள்கிறோம். அதை இப்படி நினைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

வெளியுலகவாழ்க்கை; குடும்பவாழ்க்கை.

இந்த இரண்டிற்கும் நடுவே இருக்கின்ற ரம்யமான எல்லைக் கோட்டை நிறையப் பேர் உணருவதேயில்லை.

நிறைய கணவன்மார்கள் மாலையில் அலுவலகத்திலிருந்து வந்தவுடனே பேப்பருக்குள் முகத்தை மறைத்துக் கொள்வார்கள். காப்பி சாப்பிடுவது பேப்பருக்குள்தான். அப்புறம் டீ. வி. முன்பு பிரசன்னம். குழந்தைகளுக்கு அடி கிள்ளுடன் (சில பொறுமைசாலிகள் இந்த உபசரணைகள் இல்லாமல்) ஹோம் ஒர்க்...

பெண்களானால் கணவருக்கு டிபன், காப்பி, அப்புறம் இடையிடையே டீ. வி. பார்த்துக்கொண்டுராத்திரிசமையல். வேலைக்குப் போகும் பெண்ணானால் சலித்துப் போன மனத்துடன் மேலே சொன்ன இத்யாதி... வேலைக்குப் போகாத பெண்ணானால் 'சே, இதே சமையலறையிலேயே சாக வேண்டியதுதான்' என வெறுப்புடன் மேற்சொன்ன பட்டியல்...

காலையிலும் மாலையிலும் குடும்ப வாழ்க்கை.

பகலில் வெளியுலக வாழ்க்கை.

வெளியுலக வாழ்க்கையில் நிறைய பேச வேண்டியது இருக்கிறது. புத்திசாலித்தனத்தை, சாமர்த்தியத்தை அதிகம் பயன்படுத்தி வாழ்க்கையில் முன்னேற வேண்டியதாக இருக்கிறது. அங்கே பேச்சு; செயல், போட்டி இவை மட்டுமே... இதையெல்லாம் இடதுபுற மூளைச் செயல்பாட்டுக்குரியது என வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

வீட்டு வாழ்க்கை அன்பின் அடிப்படையில் கட்டப்படுவது. இங்கே பேச்சு, செயல், சாதுரியம் இல்லை. அளவளாவல், கருத்துக்களைப் பரிமாறிக் கொள்ளுதல், அன்பைப் பகிர்ந்து கொள்ளுதல் இவைதான் அதிகம் தேவை. பிரச்னைகள் உள்ள குடும்பம் ஆனாலும் மனம்தான் அதிகம் செயல்பட வேண்டும். இதை வலதுபுற மூளையில்



வேலைக்காரியும் மனுஷி தானே?

அன்றாடம் ஒரு வீட்டிலிருந்து காலை 10 மணிக்கு வெளியே வரும் வேலைக்காரி, கையில் வைத்திருக்கும் பாத்திரங்களிலிருந்து சாதம், குழம்பு முதலியவைகளை அப்படியே தெருக் கோடியில் உள்ள குப்பைத் தொட்டியில் கொட்டிவிட்டுக் காலி பாத்திரங்களை எடுத்துக் கொண்டு செல்கிறாள். இது அநேகமாக எல்லா நாட்களிலும் நடக்கும் நிகழ்ச்சி. இதுபற்றி ஒரு நாள் அந்த வேலைக் காரியைக் கேட்டபோது "பின்னே என்னம்மா, அந்த வீட்டில் முதல் நாள் இரவு சமையல் ரூமைக் கழுவிவிடும் போது, மீதி மிச்சமுள்ளதை அப்படியே ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு அரைகுறையாக மூடி, கழுவிச் சுத்தம் செய்ய வேண்டிய பாத்திரங்களோடு பாத்ரூமில் போட்டுவிடுகிறார்கள். ராத்திரி முழுவதும் பாத்ரூமில்தான் கால் கழுவுவது, மற்றது எல்லாம் நடக்கிறது. மறுநாள் நான் அங்கு வேலைக்குப் போவதற்கு முன்னாலேயே எல்லோரும் குளித்து விடுவார்கள். அப்போதும் பாத்திரங்கள் பாத்ரூமில்தான் இருக்கும். ராத்திரி கரப்பான் பூச்சிகள் பாத்ரூம் முழுதும் ஓடிப் பறக்கும், குளிக்கும்போது உபயோகிக்கும் நீர், அரைகுறையாக மூடப்பட்டுள்ள சாதம் குழம்பு வைத்துள்ள பாத்திரங்களில் விழத்தான் விழும். எப்படியம்மா, அந்த மாதிரியான சாப்பாட்டைச் சாப்பிடுவது? இவர்களுக்கு எதிரில் கொட்டினால், "சோற்றுக்கு இல்லாவிட்டாலும், இந்த வேலைக்கார ஜன்மங்களுக்குக் கொழுப்புக்கு ஒன்றும் குறைச்சலில்லை" என்று வாய்க்கு வந்தபடி பேசுகிறார்கள்" என்று வருத்தப்பட்டுக் கொண்டு பேசினாள்.

இந்த வேலைக்காரி சொல்வது கற்பனையானது அல்ல. நடக்காத நிகழ்ச்சி இல்லை. நானும் அநேக வீடுகளில் பார்த்திருக்கிறேன். வேலைக்காரிக்குக் கொடுக்க வேண்டியதையும் பாத்திரத்தில் போட்டு கழுவ வேண்டிய பாத்திரங்களோடு போட்டு விடுவது அநேக வீடுகளில் நடப்பதே.

கழுவ வேண்டிய பாத்திரங்களைப் பாத்ரூமில் போட்டாலும், மறுநாள் வேலைக்காரிக்குக் கொடுக்க வேண்டிய மிச்சம் மீதியைப் போட்ட பாத்திரத்தை நன்றாக மூடித் தனியே வைத்து அவளிடம் கொடுத்தால் என்ன? இதற்குத் தனியான நேரம் தேவைப்படுகிறதா? தனியாகக் காசு, பணம் செலவாகிறதா? சற்றே யோசியுங்கள், சகோதரிகளே.

— ராஜி

நீராடி மகிழ
நேர்த்தியான சீயக்காய்தூள்

ஸ்பெஷல்

புலி மார்க்

வாசனை சீயக்காய்தூள்





மயில் மார்க் நிலையம்
சென்னை-600021

JAY ADTS.

பிளேக் பவர்ஹவுஸ் பேட்டரி

NIPPO SUPER

HEAVY DUTY

INDO NATIONAL

MADE IN INDIA

everest/86/NL/240 A/TAM

உங்கள் விலைமிகுந்த ஆடியோ சாதனங்கள் மற்றும் டார்ச்சுகள் நீடித்து உழைக்க இந்த பேட்டரியை நீங்கள் நம்பலாம்

நிப்போ சூப்பர். ஜப்பானின் நேஷனல் கம்பெனியின் தொழில் நுணுக்க கூட்டுறவுடன் தயாரிக்கப்படுபவை டூ-இன்-ஒன், டேப்ரிக்கார்டர்கள் மற்றும் மோட்டாரினால் இயங்கும் விளையாட்டுச் சாதனங்கள் ஆகியவற்றுக்காகவே விசேஷமாகத் தயாரிக்கப்படுபவை. ஹெவி-டியூடி உபயோகங்களுக்காக இந்த பேட்டரி ஒன்றே ISI யின் 9128 முத்திரையைப் பெற்றுள்ளது என்பதில் ஆச்சரியமில்லை.

National **நிப்போ**

IS: 9128





செயல்பாடு என வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

காலையிலும் மாலையிலும் நிறைய காதால் கேளுங்கள். பரிமாறிக்கொள்ளுங்கள். வலது புற மூளையைத் திறந்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். எதையும் மனத்தால் பாருங்கள்.

கணவனுக்கும் மனைவிக்கும் விவாதமா? கணவர் சாப்பிடாமல் தட்டைத்தூக்கி எறிந்து விட்டுப் போய்விட்டாரா?

ஆற அமர யோசித்துப் பாருங்கள். எங்கே பேச்சு ஆரம்பித்தது. எப்பொழுது விவாதமாக மாறியது? யார் மேல் தப்பு அதிகம்?

யார் மேல் தப்போ இருந்து விட்டுப் போகட்டும். முதலில் சொன்ன ஆங்கிலப் பழமொழிதான். இந்தக் குடும்பத்தை விட்டு எங்கும் போய்விடப் போவதில்லை. மாலையில் கணவர் வரும்போதும் முகத்தைத் தூக்கி வைத்துக் கொள்ளாதீர்கள். சிரித்து சகஜமாக 'டிகிரி' காப்பி கொடுங்கள்.

ஹலோ கணவரே, நீங்கள் கூட கொஞ்சம் யோசிக்கலாம். மனைவியைப் பார்த்து.

''ஸாரி, ஏதோ காலையில டென்ஷன்!''

என்று ஒரு வார்த்தை சொல்லிப் பாருங்கள், அந்தப் பெண் எப்படி மெழுகாய் உருகிப் போகிறாள் என்று.

தாம்பத்தியம் என்பது ஒருத்தருக்கொருத்தர் விம்பாய் நிற்பதில் இல்லை சார். அதிலே குடும்பம் தழைக்காது. ஒரு நிமிஷம் உங்கள் தன்மானத்தை விட்டுத் தழைந்து பாருங்கள் எவ்வளவு அன்பு தழைக்கிறது என்று.

காலை பத்து மணி ஆயிற்றா? இனி இடது புற மூளையைத் திறந்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

மீண்டும் வீடு திரும்பும் வரை வெளியுலக வாழ்க்கையில் சக்கை போடு போடலாம். ஆணோ, பெண்ணோ, நாம் வீட்டை விட்டு வெளியே வந்து இருப்பதே அந்த வீட்டில் சந்தோஷமாக வாழத்தான் என்ற நினைப்பை வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

செய்யும் வேலையில் முழு கவனம் செலுத்திச் செய்யுங்கள்.

மனத்தில் எரிச்சலுடன் டென்ஷனுடன் எத்தனை வேலை செய்தாலும் வேலை தீரவும் தீராது. உடலும் விரைவில் சோர்வடைந்து விடும்.

எப்படியும் அந்த வேலையை நீங்கள்தானே செய்தாக வேண்டும்?

முழு கவனம் செலுத்தி சந்தோஷமாக விரைவில் முடிக்கலாமே அந்த வேலையை.

செய்யப்படும் எந்த வேலையும் முழு கவனத்துடன், அக்கறையாகச் செய்யப்படுமானால் வேலை மட்டும் செம்மையாக இருக்காது. உங்கள் மனகம் பூவாக மலர்ந்திருக்கும்.

'வினை முடித்தன்ன இனியோள்!'

எனத் தன் காதலிக்கு ஒப்பிட்டு ஒரு சங்க காலப் பாடல் இதைச் சொல்கிறது. ஒரு வேலையை முடிக்கும்போது எத்தனை சந்தோஷம் ஏற்படுமோ, அத்தனை சந்தோஷம் அந்தக் காதலியிடம் லயிக்கும்போது ஏற்படுமாம்.

நீங்களும் ஒருமுறை செய்து பாருங்களேன்.

சரி, மாலை ஆயிற்றா? வீட்டுக்கு வரும் போதே எரிச்சலுடன் வராதீர்கள்.

சனியன், டிபன் செய்தாக வேண்டும். ராத்திரி சமையல் பாக்கி. இன்னிக்காவது 'காஸ்' காரன் வந்தானோ இல்லையோ எழவு!

இப்படிப் போகாதீர்கள். முழுக்க முழுக்க வெளியுலக வாழ்க்கையை முடித்துக் கொண்டு,

'அம்மா வந்தாச்சு!'

என ஆசையாய் உங்களைக் கட்டிக் கொள்ளும் அந்தப் பிஞ்சு முகங்களைக் காணப் போகிறீர்கள்.

போனவுடன் ஐந்து நிமிடங்கள் உட்காருங்கள். குழந்தைகளுடன் அளவளாவுங்கள். மனத்தில் சந்தோஷம் பரவட்டும். இனி மன வாழ்க்கை வாழப் போகிறீர்கள் என்ற உணர்வு வரட்டும். மனம் லேசாயிற்றா? இனி உங்களுக்கே உரிய, நீங்கள் இல்லத்தரசியாக உலா வரப் போகிற வீட்டிற்குள் வளைய வளைய வாருங்களேன். சிரித்து மகிழ்ந்து வாழுங்களேன்.

இல்லத்தரசியா? சாயங்காலம் வரும் கணவர் குழந்தைகளுடன் அவர்கள் வெளியுலகில் கழித்த நேரத்தைப் பற்றிப் பேச மாலைப் பொழுதை ஒதுக்குங்கள். குழந்தைகளை உங்கள் நண்பர்களாகக் கருதிப் பேசுங்கள். அவர்கள் எத்தனை விஷயங்களைச் சொல்கிறார்கள் பாருங்கள்.

தாயைத் தன் நல்ல தோழியாக ஏற்கும் எந்தக் குழந்தையும் வாழ்வில் தோல்வி அடைவதில்லை.

ஒவ்வொரு நாளும் இயந்திரமயமான வாழ்க்கை இல்லை. அதைச் சந்தோஷமாகப் பிரித்து நாம் அனுபவிப்பதில் இருக்கிறது!

ஷோ தரும் செடிகள்

ஷோ தரும் காய்கறி செடிகளும் உண்டு தெரியுமா? பால்கனியில் வைத்தாலும் அழகு தருவதுடன் பயனும் தரும். பொதினாவை வாங்கி, குச்சியை எறியாமல், தொட்டியில் சாய்த்து நடுங்கள். துளிர்த்துப் படர்ந்து, மிக அழகாகக் காட்சி தரும். சுத்தரித்து உபயோகிக்கவும் செய்யலாம்.

ஒரு துண்டு சேனை, சேப்பங்கிழங்கு ஆகியவற்றை முளையுடன் நட்டுவிடுங்கள். அழகான குரோட்டன்ஸ் போல் வளரும். பிறகு உங்களுக்குக் கிழங்கும் கிடைக்கும்.

— இந்திராணி

இம்மாத இல்லத்தரசி

விஜயலட்சுமி

வஸந்தா

ரத்னு

முதல் பரிசு : சில்க் புடைவை

வெள்ளரிக்காய் மசாலா பான்ரோல்

தேவையான பொருட்கள் :

வெள்ளரிக்காய் — ½ கிலோ,
உருளைக்கிழங்கு — ¼ கிலோ,
மைதா மாவு — 100 கிராம்,
பெரிய வெங்காயம் — 1,
வறுத்த வேர்க்கடலைப் பருப்பு — 1 கப்,
சீஸ் — 200 கிராம்,
பூண்டு — சிறியது 1,
இஞ்சி — 1'' அளவு,
பட்டை — 1,
லவங்கம் — 15,
ஏலக்காய் — 1,
ஜாதிக்காய்த் தூள் — 1 சிட்டிகை,
சோம்பு — 1 டீஸ்பூன்,
கசகசா — 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
ரொட்டித் தூள் — 1 கப்,
தேங்காய்த் துருவல் — 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
பச்சை மிளகாய் — 6,
எண்ணெய் — 4 டேபிள் ஸ்பூன்,
கொத்துமல்லித் தழை — 1 சிறிய கட்டு,
தேவைக்கேற்ப உப்பு,
லவங்கம் — 2,

செய்முறை:

வெள்ளரிக்காயின் தோலைச் சீவிவிட்டு, விதைப் பகுதியை அகற்றிவிடவும். மிக மெல்லிய துண்டுகளாக நறுக்கவும். வெங்காயத்தைச் சன்னமாக நறுக்கவும். மைதாமாவைச் சலிக்கவும். உருளைக்கிழங்கை வேக வைத்து, தோலுரித்துக் கட்டியில்லாமல் பிசையவும். வேர்க்கடலையின் தோலை எடுத்துவிட்டு கரகரப்பாகப் பொடி செய்யவும். மசாலாச் சாமான்களை மிருதுவாக அரைத்துக் கொள்ளவும். பூண்டு, இஞ்சி, பச்சை மிளகாய் இவற்றைத் தனியாக அரைக்கவும். கசகசா, தேங்காய்த் துருவல் இரண்டையும் சேர்த்து அரைக்கவும்.

வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு அடுப்பில் வைக்கவும். அதில் பூண்டு, இஞ்சி விழுதைப் போட்டு 2 நிமிடம் வதக்கவும். பின் நறுக்கிய வெங்காயம், வெள்ளரிக்காய், இவற்றைச் சேர்த்து மேலும் மூன்று நிமிடங்கள் வதக்கவும். அரைத்த மசாலா, தேங்காய், உப்பு எல்லாவற்றையும் சேர்த்து 5 நிமிடங்கள் கிளறி, இறக்கி ஆற வைக்கவும்.

மசித்த உருளைக்கிழங்கு, மைதாமாவு, கொஞ்சம் உப்பு சேர்த்து நன்றாகப் பிசையவும். அதில் வெள்ளரிக்காய் மசாலாவையும்

சேர்க்கவும். கொத்துமல்லியைச் சன்னமாக நறுக்கிப் போட்டு எல்லாவற்றையும் சேர்த்து சப்பாத்தி மாவு போல் மிருதுவாக இருக்கும் படி பிசையவும். பின் எலுமிச்சை அளவு உருண்டைகளாகச் செய்யவும்.

ஒவ்வொரு உருண்டையையும் ½ சென்டி மீட்டர் கனமுள்ள பூரிகளாக இடவும். பூரியின் மேல் வேர்க்கடலைப் பொடியைப் பரவலாகத் தூவி ஒவ்வொன்றையும் தனித்தனியாக, முடிந்த அளவு இறுக்கமாகச் சுருட்டி, பிரிந்து விடாமல் இருக்க ஒரு லவங்கத்தைச் செருகிவிடவும். எல்லாவற்றையும் இது போல் செய்யவும். பான் ரோல்களை ரொட்டித் தூளில் புரட்டி எடுக்கவும்.

ஓவனில் வைக்கும் பாத்திரத்தில் நெய் தடவி பான் ரோல்களை வரிசையாக அடுக்கவும். சீஸைத் துருவி தாராளமாக மேலே தெளித்துவிடவும். 70° சென்டிகிரேட் உஷ்ணத்தில் 25 நிமிடங்கள் பேக் செய்யவும்.

லவங்கத்தை எடுத்துவிட்டு, பான் ரோல்களைச் சூடாக, தக்காளி கெச்சப்புடன் பரிமாறவும்.

— கே. என். புவனேஸ்வரி, சென்னை — 41.

இரண்டாம் பரிசு: சைனா சில்க் புடைவை

வெள்ளரிப்பழ ரோல்

தேவையான பொருட்கள்:

நன்குகனிந்தவெள்ளரிப்பழம்மூன்று கப்,
அச்சு வெல்லம் — 2 கப்,
முற்றிய தேங்காய்த் துருவல் — 2 கப்,
மைதா மாவு — 2 கப்,
ஏலக்காய் — 5,
உப்பு — 2 டீஸ்பூன்,
நெய் — ½ கப்,
ந. எண்ணெய் — ¼ கப்,
வாழை ஏடு — 2.

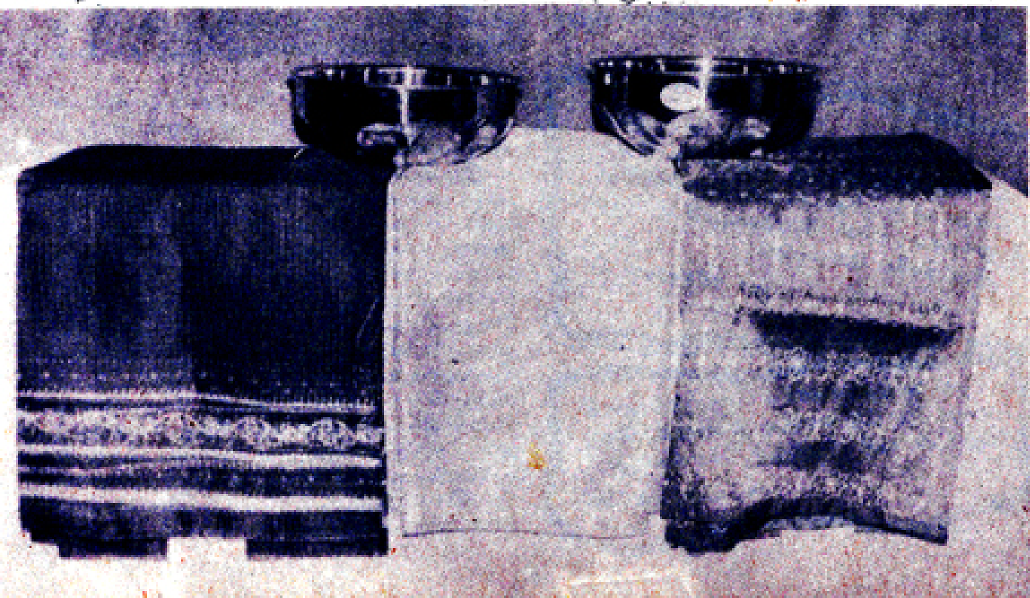
செய்முறை:

தேங்காய்த் துருவலை அரைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். வெல்லத்தைநன்குதூள்செய்து கொள்ளவும். பழத்தைத் தோல் நீக்கிக் குழைவாகக் கனியப் பிசைந்து மூன்றையும் ஒன்று கலக்கவும். மைதா மாவைக் கலந்து எடுத்துக் கொண்டு உப்பு கலந்த நீர் விட்டு பூரி மாவை விடச் சற்று இளகலாகப் பிசைந்து தேய்த்து அடித்துப் பிசையவும்.

ஒரு வாணலியில் வெள்ளரிப்பழக் கலவையைக் கொட்டி அடுப்பை எரியவிட்டு அதில் வேக விடவும். கலவை — கொதி வந்ததும் கிளறிக் கொண்டேயிருக்கவும். நீரெல்லாம் வற்றிக் கலவை சட்டியில் ஒட்டாமல் பூர்ணமாக (விழுது) வந்தவுடன் ஏலக்காயைத் தட்டிப் போட்டுக் கிளறி இறக்கி ஆற விடவும்.

பூர்ணத்தைஎலுமிச்சங்காய்அளவுஉருண்டைகளாய் உருட்டவும். உருட்டி வைத்ததும் மைதா மாவையும் அதே அளவு அதே எண்ணிக்கையில் உருட்டி வைக்கவும். பிறகு வாழையிலையில் மாவு உருண்டைகளைக் கையில் வைத்து தட்டி அதில் பூர்ண உருண்டை ஒன்றை வைத்து மூடி இலையில் அப்பம் போல் மெலிதாக மாவு ஒதுங்காமல் தட்டவும்.

பிறகு அடுப்பில் தோசைக் கல்லை வைத்து அடுப்பை நிதானமாக எரிய விட வேண்டும். கல் காய்ந்ததும் போளியைப் போட்டு நெய் விட்டுச் சிவந்ததும்திருப்பிப் போட்டு வெந்ததும் எடுக்கவும். இதேபோல் எல்லா உருண்டைகளையும் போளி செய்து போட்டு எடுக்கவும். இவை சுடச் சுட சாப்பிட சுவையாக



வும், மென்மையாகவும் இருக்கும். நாலைந்து நாள் ஆனாலும் கெடாது.

வி. ரெத்னு, கொளப்பாடு.

மூன்றாம் பரிசு : 'கோட்டா' புடைவை

வெள்ளரி தர்பூஸ் சாலட்

தேவையான பொருட்கள் :

வெள்ளரி (சிறிய பிஞ்சுகள் அல்லது பெரியது — 200 கிராம்,
தர்பூஸ் — 200 கிராம்,
புதினா — 1 சிறிய கட்டு — 25 இலைகள்.
கொத்துமல்லி — 1 சிறிய கட்டு,
எலுமிச்சம்பழம் — 1 பெரிது,
உப்பு — 1 தேக்கரண்டி,
சர்க்கரை — 1 மேஜைக்கரண்டி,
சீரகம் — 2 தேக்கரண்டி,
சோம்பு — 2 தேக்கரண்டி,
கசகசா — 2 தேக்கரண்டி,
ஓமம் — பொடித்தது 2 சிட்டிகை,
ஏலம் — 1 (மலை ஏலம் மசாலா சாமான்களுடன் தருவது),
மிளகுப் பொடி — 3 தேக்கரண்டி,
(வறுத்துப் பொடித்தது)
நெய் அல்லது டால்டா — 1 தேக்கரண்டி.

செய்முறை :

வெள்ளரிக்காயைத் தோல் சீவி பொடிப் பொடியாக (¼" துண்டுகளாக) நறுக்கிக் கொள்ளவும். தர்பூஸையும் விதை, தோல் நீக்கி சிவந்த பாகத்தை ¼" துண்டுகளாக நறுக்கி வெள்ளரியுடன் கலக்கவும்.

இத்துடன் சர்க்கரை, உப்பு சேர்த்து எலுமிச்சையின் சாறும் சேர்த்துக் கலக்கவும். இத்துடன் மிளகுப் பொடியும் ஓமப் பவுடரையும் சேர்த்துக் கலவையைக் குலுக்கிக் கலக்கவும்.

டால்டாவை வாணலியில் விட்டு சூடேறியவுடன் சோம்பு, சீரகம், கடைசியில் கசகசா போட்டு வறுத்தெடுத்து சாலட்டில் போட்டுக் கலக்கவும். ஏல மணிகளை உரித்து நெய்யில் பொறித்தபின் பொடித்துக் கலக்கவும். கடைசியில் மல்லி புதினா இலைகளைப் பொடியாக அரிந்து சாலட்டின் மேல் தூவிப் பரிமாறவும்.

— ஜெயலட்சுமி, பெங்களூர் — 46.

ஆறுதல் பரிசு : கிண்ணம்

வெள்ளரி கோஃப்தா

தேவையான பொருட்கள் :

வெள்ளரிக்காய் — 5,
வெங்காயம் — 8,
தக்காளி — 4,
கடலை மாவு — 6,
கரம் மசாலாப் பொடி — 2 டீஸ்பூன்,
இஞ்சி — 1 துண்டு,
உப்பு, மிளகாய்ப் பொடி — தேவையானது
டால்டா — 250 கிராம்,
தனியா — 2 டீஸ்பூன்,
கடலைப்பருப்பு — 1½ டீஸ்பூன்.

செய்முறை :

வெள்ளரிக்காயைத் தோல் சீவி, உள்ளிருக்கும் விதைகளை நீக்கித் துருவிக் கொள்ளவும். மூன்று வெங்காயங்களையும் துருவி, வெள்ளரிக்காய் துருவலுடன் சேர்த்து, மிதமாக, உப்பு, மிளகாய் ஒரு டீஸ்பூன், கரம் மசாலா பொடி, கடலை மாவு சேர்த்துப் பிசைந்து கொள்ளவும்.

இந்தக் கலவையை நீளவாக்கில் உருட்டி (Rolls மாதிரி) டால்டாவில் போட்டுப் பொன்னிறமாகும் வரை பொரித்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

ஐந்து வெங்காயங்களை நறுக்கி, அத்துடன் தனியா, மிளகாய்ப்பொடி, க. பருப்பு சேர்த்து நன்றாக விழுதாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

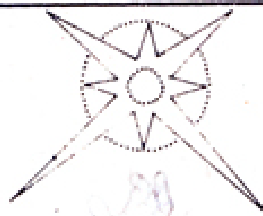
இப்பொழுது, ஒரு கனமான பாத்திரத்தை அடுப்பில் வைத்து டால்டாவில் அரை டீஸ்பூன் சீரகம் போட்டு வெடித்தவுடன் அரைத்த மசாலாவைப் போட்டு மேலும் டால்டா விட்டு மஞ்சள் பொடி போட்டுப் பொன்னிறம் ஆகும் வரை வதக்கவும். வதங்கியதும், தக்காளிப் பழத்தை நறுக்கிப் போட்டு வதக்கி ஒரு டம்ளர் நீர் விட்டுத் தேவையான அளவு உப்பும் போட்டு, 1 டீஸ்பூன் கரம் மசாலா பொடி போட்டு ஒரு கொதி விடவும். பின் பொரித்து வைத்திருக்கும் கோஃப்தாவை உடையாமல் போட்டு மெல்லிய சூட்டில் மூன்று நிமிடங்கள் மூடிக் கொதிக்க விடவும். டால்டா மேல் பளபளப்பாகத் தேங்கி வந்தவுடன் இறக்கி, பச்சைக்

முருங்கைக் கீரையையும், மணத்தக்காளிக் கீரையையும் அதிகமாக வேக வைக்கக் கூடாது. சுசுந்து போய்விடும். முக்கால் வாசி வெந்தவுடனே கீழே இறக்கிவிட வேண்டும்.

— விசாலாட்சி.

பானைத் தண்ணீரில் கொஞ்சம் துளசியைப் போட்டு வைத்தால் மணமாயிருப்பதுடன் சளி பிடித்துக் கொள்ளாது.

— விசாலாட்சி.





அம்மாவின் அன்புடன் அம்மானை பிடிக்க முயலும் அன்புச் செல்வம்

அச் செல்வத்தை
ஊக்குவித்து வளமான
வாழ்வு அளிக்க
இன்றே போலியோ சொட்டு
மருந்து அளித்திடுங்கள்

உங்கள் குழந்தைக்கு போலியோ சொட்டு மருந்து அளித்து இளம்பிள்ளை வாத நோயிலிருந்து பாதுகாப்பு அளித்திடுங்கள்

எல்லா வார நாட்களிலும்
மாலை : 3 முதல் 6 வரை
ஞாயிறு : விடுமுறை

மருத்துவரின் மேற்பார்வையில் போலியோ சொட்டு மருந்து டிரிபிளாண்டிஜென் மற்றும் மீஸில்ஸ் வாக்ஸின் அளிக்கப்படும் இடம் :

தமிழ்நாடு தாதா பார்மஸூடிகல்ஸ் லிமிடெட்

10, பத்மாவதியார் சாலை, ஜெய்பூர் நகர், (ஆயிரம் விளக்கு மசூதி அருகில்)
சென்னை-600 086. தொலைபேசி : 470656 479603

சென்னை:

ஆல்பர்ட் A/C

மகாராணி

உதயம் A/C

3 காட்சிகள்

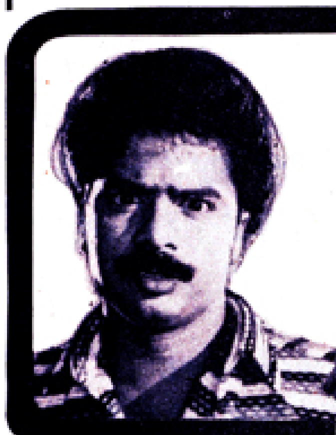
அபிராமி A/C

பகல் 11-30 காட்சி

மற்றும் தமிழகமெங்கும்







நடிகர் திலகம் **சிவாஜி கணேசன்** நடிக்கும்

K.R.G பிலிம் சர்க்யூட்

CROWN

தாய்க்கு ஒரு தாலாட்டு



பாலச்சந்திரமேனன்

K.R.கங்காதரன்

இளையராஜா

விஜய்கிருஷ்ணராஜ்•ஜெயானன் வின்சென்ட்•வைரமுத்து

கொத்துமல்லி, இஞ்சி, ப. மிளகாய் ஆகிய வற்றை நறுக்கிப் போடவும். வேண்டுமானுல் சீஸையும் துருவித் தூவலாம்.

— வசந்தா கோபால், லக்னோ.

ஆறுதல் பரிசு : கிண்ணம்

சுகுடி கட்லெட்

தேவையான பொருட்கள் :

வெள்ளரிக்காய் — ½ கிலோ,
வெங்காயம் — 2 (பெரியது),
காரட் — 2,
பாலக் அல்லது பருப்புக் கீரையின் இலைகளை மட்டும் நறுக்கியது — 1 கப்,
புதினு இலை — 10,
பச்சைக் கொத்துமல்லி — 50 கிராம்,
இஞ்சி — 1 துண்டு, பூண்டுப்பல் — 4,
பச்சை மிளகாய் — 4, எலுமிச்சம்பழம் — 1,
மிளகாய்ப் பொடி — ½ ஸ்பூன்,
உப்பு — தேவையான அளவு,
மைதா — 2 கப்,
டால்டா அல்லது எண்ணெய் பொரிக்கத் தேவையான அளவு.

செய்முறை:

வெள்ளரிக்காய்களைத் தோல் எடுத்து, நறுக்கி விதைகளை நீக்கி, சீவியில் சீவவும். காரட்டையும் நன்கு கழுவி சீவித் தூளாக்கவும். வெங்காயம், இஞ்சி, ப. மிளகாய், கொத்துமல்லி, புதினு, தோல் நீக்கிய பூண்டு இவற்றைப் பொடியாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். எலுமிச்சைச் சாறு பிழிந்து வைக்கவும்.

வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு நறுக்கிய வெங்காயம், இஞ்சி, பூண்டு, பச்சை மிளகாய் இவற்றை வதக்கி, அதில் வெள்ளரி, காரட், கீரை முதலிய நறுக்கிய தூள்களைப் போட்டுச் சிறிதுநேரம் வதக்கி இறக்கவும். புதினு, கொத்துமல்லி நறுக்கியதைப் பச்சையாகப் போட்டு, எலுமிச்சைச் சாறு விட்டு எல்லாம் ஒன்ருகக் கலந்து, கலவையுடன் மைதாவைச் சிறிது சிறிதாக தூவிக் கலந்து பிசைந்து வைக்கவும். உப்பு, காரம், கலக்கவும்.

பிறகு அதை சிறுசிறு வடைபோல் தட்டித் தோசைக் கல்லிலோ, வாணலியிலோ, எண்ணெய் அல்லது டால்டாவில் பொரித்து எடுக்கவும்,

டொமேடோ கெச்சப்புடன் சாப்பிடச் சுவையாய் இருக்கும். அவரவர் பிரியமான சட்னி தயார் செய்து கொண்டு டிபனுக்குச் சாப்பிடலாம்.

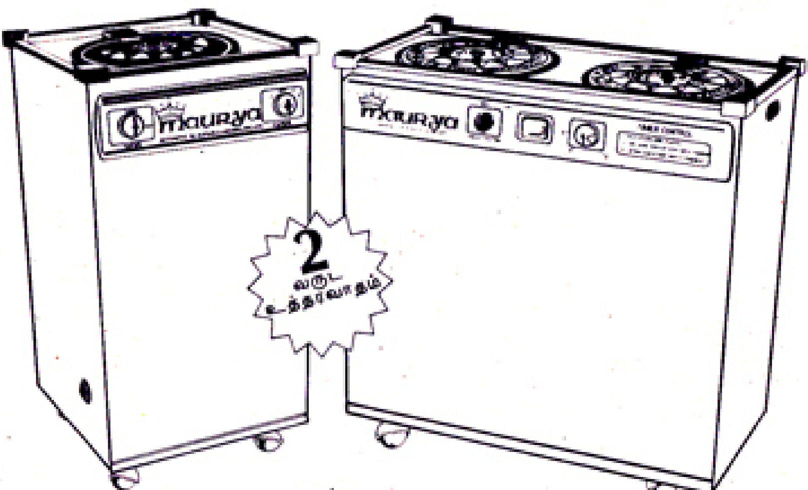
— பிரபா, புதுடெல்லி.

நடுவர்கள்: பி. எச். ஈ. எல். மாதர் சங்கம், கைலாசபுரம், திருச்சி,



* திருமதி கருணு சீதாராமன், திருமதி ஷோபா தேவதாஸ், திருமதி விஜயா ராமகிருஷ்ணு, திருமதி குமாரி சோமசுந்தரம்.

* திருமதி விஜயா சிவசுப்ரமணியன், திருமதி பிரேமா கிருஷ்ணமூர்த்தி, திருமதி ராஜேஸ்வரி வாசுதேவன், திருமதி சரோஜா ரங்கராஜன்.



மின்னல் வேக சலவைக்கு

தரமிக்க, இயக்குவதற்கு எளிமையான ரிவர்ஸபில் வாஷிங் மெஷின் மௌரியா. மௌரியா வாஷிங் மெஷின் உங்கள் துணிகளை ஐந்தே நிமிடங்களில் சலவை செய்யும் திறமை கொண்டது. மௌரியாவில் உள்ள ஜப்பானிய டைம்மர் நீங்கள் குறித்த நேரத்தில் மெஷினை தானாகவே ஆஃப் செய்வதால் சலவையின்போது உங்களது கண்காணிப்பு தேவையில்லை. மௌரியாவில் அமைந்துள்ள மோட்டார் இருதிசையிலும் விட்டு விட்டு சுழல்வதால் துணிகள் நன்றாக சலவை செய்யப்படுவதுடன் 30 சதவீதம் மின்சாரமும் 70 சதவீதம் சோப்பு செலவும் மிச்சமாகிறது. தொல்லையின்றி நீரை ஊற்றவும் வெளியேற்றவும் எளிதான கட்டுப்பாடுகளை கொண்டது மௌரியா.

மௌரியா வாஷிங் மெஷினுடன் துணிகளை அயர்ன் செய்ய வசதியாக லாமினெட்டட் பலகை இணைக்கப்பட்டுள்ளது. மேலும்

- துருபிடிக்க இயலாத அலுமினிய வடிவமைப்பு
- மெஷினை எளிதில் நகர்த்தவும் இடம் மாற்றவும் சக்கர உருளைகள்
- தரமிக்க AISI 304 தகுதிபெற்ற ஸ்டியின்லெஸ் ஸ்டீல் டிரம்
- திறமைமிக்க உடனடி சர்வீஸ் வசதிகள்

இவை அனைத்தும் கொண்டது மௌரியா வாஷிங் மெஷின். மௌரியா வாஷிங் மெஷின் இப்பொழுது டிரையருடனும் தனியாகவும் கிடைக்கின்றது. இரண்டில் ஒன்றை உங்கள் வசதிகேற்ப தேர்ந்தெடுங்கள். எவ்வகையிலும் நீங்களே வெற்றி பெற்றவர் ஆவீர்கள்.

இவற்றுக்கு சிகரமாக விற்பனைக்கு பின் சிறப்பான சேவை.

மௌரியா வாஷிங் மெஷின்
இப்பொழுது தரமிக்க ¼ H.P. ராலி உஷ்ஃப்
மோட்டாருடன் கிடைக்கிறது.

கர்னாடகா, ஆந்திரா மற்றும்
தமிழ்நாட்டிற்கு விநியோகஸ்தர்கள்

திரிப்தா மார்கெட்டிங் பி. லிட்.,

139, பாரதி சாலை (பைக்ராப்ட்ஸ் ரோடு)
சென்னை-600 014 போன்: 88599

பெங்களூர் போன்: 563322 ஹைதராபாத் போன்: 221224

Adhiti M 488



மங்கையர் மலர்
ஆகஸ்டு '86
தரும்
'திருப்பு 8 பக்கங்கள்'
பள்ளிகள் திறந்தது;
தொல்லைகள்
தொடர்கிறது!



ஜூன், ஜூலை, ஆகஸ்ட் ஆகிய மூன்று மாதங்களும் தென்மேற்குப் பருவக்காற்று வீசக் கூடிய மாதங்கள். இந்த மாதங்களில் தான் ஒவ்வொரு குடும்பத்திலும் பள்ளிக்கூட அட்மிஷன் என்னும் 'புயல்' வீசுகிறது.

தங்களுடைய குழந்தைகளை எந்தப் பள்ளிக் கூடத்தில் கொண்டு போய்ச் சேர்க்கலாம்? எந்தக் கல்வி நிலையங்கள் சரியானவை? ஏகப்பட்ட பள்ளிக்கூடங்கள் — விதவிதமான கல்விமுறைகள்... இவையெல்லாம் என்ன?

நாளைக்கு ஒரு ரிசல்ட்!

ஜூன், ஜூலை மாதங்களில் பள்ளிக்கூடங்களில் படிக்கும் மாணவர்களின் பரீட்சை முடிவுகள் வெளியாகின்றன. எஸ். எஸ். எல். சி. பரீட்சை முடிவுகள், பிளஸ் டூ பரீட்சை முடிவுகள், மெட்ரிகுலேஷன் பரீட்சை முடிவுகள் இப்படி ஒவ்வொரு நாமகரணங்களைக் கொண்ட பரீட்சை முடிவுகளைப் பேப்பரில் பார்க்கிறோம். இந்தப் பரீட்சை முடிவுகள் இருக்கட்டும்.

இந்தப் பரீட்சைக்கு எந்த மாணவர்கள் போகத் தகுதியானவர்கள்? எந்த அடிப்படையில் இந்தத் தேர்வுகள் நடத்தப்படுகின்றன? எந்தெந்தப் பள்ளிக்கூடங்கள் தமிழகத்தில் இருக்கின்றன? நாம் முதலில் தெரிந்து கொள்ள வேண்டாமா?

சென்னை அடையாறு ஹிந்து சீனியர் செகண்டரி பள்ளி முதல்வர் வெங்கடா ஜலம் தமது கல்வி முறையை விளக்குகிறார்:

1. எஸ். எஸ். எல். சி. தமிழ்நாடு அரசு கல்வித் துறையின் கீழ் இயங்கும் தனியார்ப் பள்ளிகளிலும், கார்ப்பரேஷன் பள்ளிகளிலும் பத்தாம் வகுப்பு வரை (எஸ். எஸ். எல். சி.) போதிக்கப்படுகின்றன.

2. ஆங்கிலோ இந்தியன் ஸ்கூல்ஸ்.

3. மெட்ரிகுலேஷன் ஸ்கூல்ஸ்.

4. ஐ.எஸ்.எல்.சி.(சர்ட்டிபிகேட் கோர்ஸ்)

5. சி. பி. எஸ். சி. பாடத் திட்டங்கள் கொண்ட பள்ளிகள்.

6. கேந்திரீய வித்யாலயா ஸ்கூல்ஸ்.

தமிழக அரசின் கல்வித் துறையின் கீழ் இயங்கும் பள்ளிக்கூடங்களே பலவித மானவை. பத்தாம் வகுப்பு வரை ஒரு தனியார்ப்பள்ளியில் இருந்தால் அதை உயர்நிலைப் பள்ளி என்று அழைப்பார்கள். இது கார்ப்பரேஷனால் நடத்தப்படுமானால் அவை கார்ப்பரேஷன் உயர்நிலைப்பள்ளி என்று அழைக்கப்படும். தமிழக அரசாலே நடத்தப்படுமானால் அரசு உயர்நிலைப்பள்ளி என்று அழைக்கப்படும். இங்கு படிக்கும் மாணவர்கள் இலவசமாகவே படிப்பைத் தொடரலாம். தமிழ் மற்றும் ஆங்கிலம் இங்கு பயிற்று மொழியாக இருக்கும். ஆங்கிலம் பயிற்று மொழி ஒரு வகுப்பிற்கு ஒரு சில பிரிவுகளில் (செக்ஷன்களில்) மட்டுமே பொதுவாகச் சொல்லிக் கொடுக்கப்படுகின்றது. ஆங்கிலம் வாயிலாக கல்வி பெற வேண்டுமானால் மாணவர்கள் குறைந்த அளவு பணம் கட்டிப் பயில வேண்டியிருக்கும். இவை அரசு விதித்திருக்கும் நிபந்தனைகள். பத்தாம் வகுப்பு பரீட்சைதான் எஸ். எஸ். எல். சி. பரீட்சை என்று அழைக்கப்படும். இந்தப் பரீட்சையைத் தமிழக அரசு கல்வித்துறை நடத்தி சர்ட்டிபிகேட் கொடுக்கிறது.

ஆங்கிலோ இந்தியன் ஸ்கூல்ஸ்: இவை மைனாரிட்டி இன்ஸ்டிடியூஷன் அதாவது

சிறுபான்மையினர் நடத்தும் கல்விக்கூடங்கள். ஆங்கிலோ இந்தியர்கள் இங்கு இருந்தபோது அவர்களுக்காகவே நடத்தப்பட்ட பள்ளிகள். இப்போது இங்கு கிறிஸ்துவர்களுக்கு முதல் உரிமை வழங்கப்பட்டு மாணவர்கள் சேர்க்கப்படுகிறார்கள். ஆங்கிலம் தான் பயிற்று மொழி. இவையும் தமிழக அரசின் ஆங்கிலோ இந்திய கல்வித் திட்டத்தின் கீழ் வருகிறது. பத்தாம் வகுப்பிற்கு இந்தத் திட்டத்தின் கீழ் சர்ட்டிபிகேட் வழங்குகிறார்கள்.

மெட்ரிகுலேஷன் பள்ளிகளிலும் பத்தாம் வகுப்பிற்கு மெட்ரிகுலேஷன் சர்டிபிகேட்டுகளை வழங்குகின்றன. இங்கு ஆங்கிலம் தான் பயிற்று மொழியாக இருக்கிறது. ஆரம்பத்தில் மெட்ரிகுலேஷன் பள்ளிகள் சென்னை பல்கலைக்கழகத்துடன் இணைந்து இருந்தன. இப்போது இவைகளுக்கென்று தனித்துறை தமிழக அரசு கல்வித்துறையால் நிர்வகிக்கப்பட்டு வருகிறது. இந்தப் பள்ளிக்கூடங்களில் வசூலிக்கப்படும் கட்டணங்கள் கொஞ்சம் அதிகமாகத்தான் இருக்கும். தனது குழந்தை ஆங்கிலத்திலேயே படிக்க வேண்டும். மெட்ரிகுலேஷன் (பத்தாம் வகுப்பு) என்பது ஒரு கவர்ச்சியான சொல். எனவே அந்தத் தகுதியைப் பெற வேண்டும் என்பதற்காகத் தங்கள் குழந்தைகளை இங்கே சேர்ப்பவர்கள் உண்டு.

ஐ. சி. எஸ். ஈ., சி. பி. எஸ். ஈ. இவை இரண்டும் மத்திய அரசின் கல்வித்துறையின் கீழ் இயங்குபவை. இவற்றுக்கு பாடத்திட்டங்கள் தனி. இந்தியா முழுவதும் ஒரே பாடத்திட்டமாக இருக்கும். ஆங்கிலம் ஹிந்தி இவை பயிற்று மொழிகள். சமஸ்கிருதமும் இங்கு சொல்லிக் கொடுக்கப்படுவதுண்டு.

இவைகளை தனியார் உயர்நிலைப் பள்ளிக்கூடங்கள் நடத்தலாம். அவர்கள் இந்த சி. பி. எஸ். ஈ. போர்டில் உறுப்பினர்களாக இருக்க வேண்டும். சி. பி. எஸ். ஈ. போர்டு சொல்லுகின்ற கட்டணத்தைத்தான் இவர்கள் வசூலிக்க வேண்டும். தனியாக இந்த மாதிரி பள்ளிக்கூடங்களில் ஆசிரியரை அமர்த்த வேண்டியிருப்பதால் கொஞ்சம் கட்டணம் அதிகமாக இருக்கும். சோதனைக்கூட வசதி, இட வசதி, விளையாட்டு அரங்க வசதி எல்லாம் இருக்க வேண்டும்,

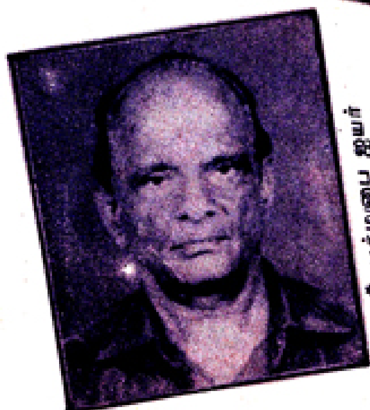
எல்லோரும் கடைசியில் இங்குதான் வரவேண்டும்!

பிளஸ் டூ என்பது பத்தாம் வகுப்பிற்கு அடுத்த படியான வகுப்பு. முன்பு கல்லூரிகளில் பி. யூ. சி. இருந்தது. இப்போது இல்லை. அதே போன்று எஸ். எஸ். எல். சி. என்பது பதினோராவது வகுப்பைக் குறிக்கும். ஆனால் அது இப்போது பத்தாவது வகுப்பையே குறிக்கிறது. இந்த இடைப்பட்ட இரண்டு வருடத்தை பிளஸ் டூ என்கிறார்கள். பதினொன்றும் வகுப்புக்குப் பள்ளிக்கூட அளவிலே தேர்வு நடத்தப்படும். பன்னிரண்டாம் வகுப்பிற்கு மட்டும் பொதுத் தேர்வு மேல்நிலைப் பள்ளி இயக்ககத்தின் சார்பாகத் தமிழக அரசால் நடத்தப்படுகின்றது.

ஆங்கிலோ இந்தியப் பள்ளிகள், மெட்ரிகுலேஷன் பள்ளிகள், தனியார் பள்ளிகள் ஒவ்வொன்றுக்கும் பத்தாம் வகுப்பிற்கு பாடத் திட்டங்கள் வேறு மாதிரியாக இருக்கும். ஆனால் இப்படி எந்த வகையாகப் படித்திருந்தாலும் பிளஸ் டூவுக்குத்தான் அடுத்தபடியாக வரவேண்டும். இங்கு வரும்போது தமிழகம் முழுவதும் எல்லாப் பள்ளிக்கூடங்களிலும் ஒரே மாதிரியான பாடத் திட்டம் தான். இந்த ஒரே மாதிரியான பாடத் திட்டங்கள் தமிழிலும் ஆங்கிலத்திலும் பயிற்றுவிக்கப்படலாம். தமிழ் படிப்பதானால் இவைகள் இலவசமாகப் போதிக்கப்படும். ஆங்கிலமானால் அரசு கட்டணம் வசூலிக்கிறது. பிளஸ் டூ இருக்கும் பள்ளிக்கூடங்களை மேல்நிலைப் பள்ளி என்று அழைப்பார்கள். மத்திய அரசின் சி. பி. எஸ். ஈ. பாடத் திட்டம் ஒரு பள்ளிக்கூடத்தில் பின்பற்றப்படுமானால் அந்தப் பள்ளிக்கூடங்களைப் பிரித்துக் காட்டுவதற்காக சீனியர் செகண்டரி என்ற சொல்லை ஹையர் செகண்



• வெங்கடாசலம்



• பத்மா ஐயர்

டரி என்பதற்குப் பதிலாக உபயோகிக்க லாம். சி. பி. எஸ். ஈ. ரிசல்ட்டுகள் பேப்பரில் வராது. அந்தந்தப் பள்ளிக்கூடங்கள் மூலமாகவே பெறவேண்டும்.

இவை தவிர கேந்த்ரீய வித்யாலயா சங்கேதன் என்ற பெயரில் சென்னை நகரத்திலும் கல்பாக்கத்திலும் இன்னும் சில இந்திய முக்கிய நகரங்களிலும் பள்ளிகள் இயங்குகின்றன. இவை முழுக்க முழுக்க இந்திய அரசால் நிர்வகிக்கப்படுபவை. அல்லது இந்திய அரசு சார்புடைய இன்ஸ்டிடியூஷன்களால்பராமரிக்கப்படுபவை.இங்கு மத்திய அரசில் வேலை பார்ப்பவர்களின் குழந்தைகளுக்கு மட்டுமே முன்னுரிமை கொடுப்பார்கள். மாற்றலாகின்ற வேலை என்றால் நிச்சயமாக இங்கு முதல் உரிமை வழங்கப்படும். இந்திய ராணுவத்தில் பணியாற்றுகின்றவர்களின் குழந்தைகளுக்கும் இங்கு முன்னுரிமை வழங்கப்படுகின்றது.

பள்ளியா, கொள்ளையா?

அடையாறு ஒழிந்து சீனியர் செகண்டரி ஸ்கூல் முதல்வரைச் சந்தித்த கையோடு சென்னை நகரில் சில பெற்றோர்களைச் சந்தித்தோம். பெற்றோர்களுக்கு என்று சில பிரச்னைகள் இருக்கின்றன. ஆனால் அவர்கள் பேசவே பயப்படுகிறார்கள். இந்த மாதிரி இவர்கள் பேசினார்கள் என்று தெரிந்தால் குழந்தைகளைப் பழி வாங்குகிறார்களாம்! 'தயவு செய்து எங்கள் பெயரைப் போடாதீங்க' என்று கேட்டுக் கொண்டு சொன்னார்கள். ''ஸ்கூல்ல நிறைய டொனேஷன் அது இதுன்னு வாங்கறாங்க. நூற்றுக்கணக்கில இருந்த இந்த நன்கொடைகள் இப்ப ஆயிரக்கணக்காக ஆயிடுச்சு. எல். கே. ஜி., யு. கே. ஜி. யில குழந்தைகளை சேர்க்கக் கூட ஆயிரக் கணக்கில் நன்கொடைகள் கேக்கறாங்க. ஆனா வயித்தெரிச்சல பாருங்க. எந்தவிதமான வசதியுமே இல்லாமல் ஒரு கொட்டகையைப் போட்டுக் கொண்டு ஸ்கூல் ஆரம்பிச்சுடறாங்க. இவ்வளவு பணம் கொட்டியழறோம். ஆஸ்பெஸ்டாஸ் ஷீட்டுக்குக் கீழ் தான் க்ளாஸ். என்ன பண்றது. மெட்ராஸ்ல நெம்பர் ஒன் ஸ்கூல் இதுதானே? வாயத் தொறக்காமஇருக்கோம்...'' என்று பொருமுகிறார் ஒருவர்.

''குழந்தைகளுக்கு நிறையச் சொல்லிக் கொடுக்கணும் என்ற பெயரில் 'அந்தப் புஸ்தகம் இந்தப் புஸ்தகம் என்று ஏகப்பட்ட புஸ்தகங்களையும் நோட்டுப் புஸ்தகங்களையும் வாங்கச் சொல்றாங்க. இவைகளையெல்லாம் குழந்தைங்க பொதி சுமக்கிற மாதிரி சுமந்துக்கிட்டுப் போறாங்க. அவங்களைப் பார்த்தாலே பாவமாக இருக்கு.''



ஹோம் ஒர்க் கொடுமை!

''ஹோம் ஒர்க் என்ற பெயரில் ஏகப்பட்ட கணக்குகளையோ அல்லது பாடத்தையோ எழுதிக் கொண்டு வரும்படி ஆசிரியர்கள் சொல்லி அனுப்பிச்சுடறாங்க. இதனால் குழந்தைங்களுக்கு வீட்டில் சரியாகத் தூங்கக் கூட நேரமில்லை. இதனால விளையாட்டு, சிரிப்பு என இருக்க வேண்டிய குழந்தைங்க சீரியஸ்ஸா மாறிடறாங்க. நாமளும் எப்பப் பார்த்தாலும் 'படி படி'ன்னு சொல்ல வேண்டியதா இருக்கு. இது அவங்கள சைகலாஜிகலா பாதிக்காதா?'' என நம்மையே சந்தேகம் கேட்கிறார் ஒரு படித்த பெண்மணி.

சில ஆசிரியர்கள் ஹாயாக வகுப்பில் சாய்ந்து கொண்டு எதையும் சொல்லிக் கொடுக்காமல் ஹோம் ஒர்க் என்ற பெயரில் நிறைய வேலைகளைக் கொடுத்து விடுகிறார்கள். எதுவுமே புரியாத நிலையில் குழந்தைகள் பெற்றோர்களை துன்புறுத்துகின்றன. நாங்கள்தான் எல்லாவற்றையும் சொல்லிக் கொடுக்க வேண்டியிருக்கிறது. அப்ப 'இவங்களுக்கு எதுக்கு சம்பளம் கொடுக்கிறாங்க?' எனக் குறை கூறுகிறார்கள். பள்ளிக்கூடம் நடத்துவது ஒரு நல்ல பிஸினஸ் இப்பல்லாம்!'' என்று காரசாரமாகஒருவர் நம்மிடம்கோபப்பட்டுக்கொண்டார்!

'அந்தக் காலக்' கண்ணோட்டத்தில்...

பல்லாவரத்தில் இருக்கும் பெரியவர் பத்மநாபன் அவர்களின் குறை —

''இந்தக் காலத்துக் குழந்தைகள் எல்லாம்

படிக்கின்றது ஒரு படிப்பா? புத்தகம்தான் தினுசு தினுசாய் தடிதடியாய் இருக்கு. வேண்டுமென்றே சின்னக் குழந்தைகளிடம் படிப்பைத் திணிக்கிறார்கள். எங்க காலத்தில் எல்லாம் இவ்வளவு புத்தகம் கிடையாது. சொல்லப் போனால் எனக்கு ஏ. பி. சி. டி என்ற ஆங்கில எழுத்துக்களே ஃபர்ஸ்ட் ஃபாரத்தில்தான். அதாவது இந்தக் கால ஆறும் கிளாஸில்தான் தெரியும்.

அந்தக் காலத்தில் குழந்தைகளும் ஒழுங்காக இருந்தன. இப்போது பாருங்கள். மீசை முளைக்கும் பருவத்திலேயே சிகரெட்டைக் கையில் வைத்துக் கொண்டு திரிபவர்கள் தான் அதிகம். இன்னும் ஒரு வருத்தமான விஷயம் ஹைஸ்கூல் மாணவர்களிடம் கூட அபின் கஞ்சா போன்ற போதை மருந்துகள் நடமாடுகின்றன. கலி ரொம்ப முத்திப்போச்சு சார்.

தன்னம்பிக்கையே இல்லை இப்போதுள்ள குழந்தைகளிடம். தற்கொலை முயற்சிகள் கூட சர்வசாதாரணமாகிவிட்டன. தேர்தலில் தோல்வியடைந்தால் மட்டும்தான் தற்கொலை என்று இல்லை, சின்னச் சின்ன விஷயத்துக்குக் கூட இந்த முயற்சிகள். இதற்கெல்லாம் காரணம் நமது பாடத் திட்டம்தான்'' என்று போடு போட்டார்.

ஆத்திரத்தில் பொறிந்து தள்ளிய பெரியவரை சமாதானப்படுத்தி விட்டு இந்தப் பிரச்னைகளுக்கெல்லாம் ஏதாவது பரிகாரம் இருக்கிறதா என்பதைக் கேட்பதற்காக ஒரு மனநல டாக்டரை அணுகினோம்.

''நம்பி ஒரு மனநல மருத்துவர். அவரிடம் பெற்றோர்கள் சொன்ன விஷயத்தையும், பெரியவர் சொன்ன விஷயத்தையும் சொன்னோம்.

ஒரு மனநல வைத்தியரின் கண்ணோட்டத்தில் —

''குழந்தைகள் நிறையப் படிப்பதாகவும் நிறைய புத்தகத்தை சுமப்பதாகவும் பெரியவர்கள் சொல்கிறார்கள். புத்தகங்களைச் சுமப்பது உண்மைதான். ஆனால் இவ்வளவு புத்தகங்களையும் சுமக்க வேண்டியது அவசியம் தான். குழந்தைகளின் மண்டையில் இவ்வளவையும் திணித்தால் ஓடு தாங்குமா? என்று சிலர் ஐயப்படலாம். நிச்சயமாகத் தாங்கும்!

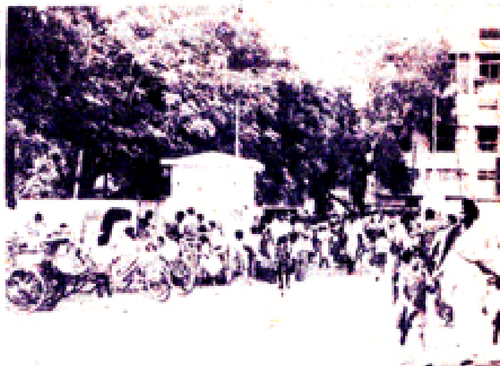
மனித மூளைக்கு நாம் கொடுக்கும் வேலை மூன்றில் ஒரு பங்குதான். இரண்டில் மூன்று பங்கிற்கு வேலை கொடுக்காமல்தான் இருந்து விடுகிறோம். எனவே புதிய விஷயங்கள், புது உலகம் என்றெல்லாம் பேசும்போது குழந்தைப் பருவம் முதலே எதையுமே சொன்னால்தான் குழந்தைகளுக்கு மனத்தில் பதியும்.

''இவ்வளவு புஸ்தகத்தை தூக்கிட்டு போறையேம்மா?'' என்று குழந்தைகள் முன்னிலையில் நாம் வருத்தப்பட்டுக் கொள்ளக் கூடாது!

''இதோ பாரும்மா. நீ படிச்சுப் பெரிய கலெக்டர் ஆக வேண்டாமா? பெரிய டாக்டர் ஆக வேண்டாமா? அப்படியெல்லாம் ஆகணும்னா இவ்வளவு புஸ்தகத்தைத் தூக்கிட்டுப் போய்ப் படிக்கத்தான் வேணும். இந்தக் காலத்தில படிப்புதான் முக்கியம். அது தெரியாதா உனக்கு?'' என்று குழந்தைகளிடம் சொல்லணும்.

பள்ளிக்கூடத்துக்குப் போக மாட்டேன் என்று அடம்பிடிக்கிற குழந்தையை அடித்துத் துன்புறுத்தியோ அல்லது தெரு முழுவதும் இழுத்துக் கொண்டு போய் பள்ளிக்கூடத்தில் கொண்டுபோய்விடுவதோ கூடாது. இவை குழந்தைகளின் எதிர்காலத்தில் பெரிய விளைவுகளை ஏற்படுத்தலாம். எதையுமே இதமாகப் பேசி அவர்களைச் சம்மதிக்க வைக்க வேண்டும். ஒரு அதட்டல் உருட்டல் இவைகளிலே குழந்தைகளைப் பணிய வைக்க வேண்டும். அடித்துத் துன்புறுத்துவது என்பது கூடாது. அடிக்காயம் மனத்தில் ஆழமாகப் பதிந்தால் அவைகள் எதிர்மறை விளைவுகளைப் பின்னால் ஏற்படுத்தும்.

'புஸ்தகத்தைத் தூக்குவதற்குக் குழந்தைகளுக்கு ஜீவனே இல்லையே' என்று சிலர் கூறுவதைக் கேட்டு இருக்கலாம். அதாவது குழந்தைக்குத் திறன் இல்லை என்பதைத் தான் அப்படிச் சொல்கிறார்கள். குழந்தைக்கு அறிவுக்குத் தீனி கொடுக்க எவ்வளவு





முனைப்புடன் இருக்கிறோமோ அதேபோன்று நல்ல ஊட்டச் சத்துக்களை உணவாகவும் கொடுக்க வேண்டும். கார்போஹைட்ரேட், புரோட்டீன், கொழுப்புச் சத்து போன்றவை சரியான விகிதத்தில் அமைந்து இருக்க வேண்டும். புரோட்டீனில் உள்ள 'அமினோ ஆஸிட்' குழந்தையின் மூளை வளர்ச்சிக்கு உறுதுணை செய்யக் கூடியது. எனவே குழந்தைகளுக்குப் பருப்பு வகைகளை நிறைய கொடுக்கலாம்.

குழந்தைகள் சோம்பி இருப்பதை நாம் அனுமதிக்கக்கூடாது. அவர்களை எப்போதும் சுறுசுறுப்பாக இருக்கும்படி பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். அவர்களுடன் நாமே விளையாட வேண்டும் அல்லது பக்கத்து வீட்டுக் குழந்தைகளுடன் விளையாட அனுமதிக்க வேண்டும்.

குழந்தைகளுக்கு வேளாவேளைக்கு உணவு கொடுக்க வேண்டும். சின்னச் சின்ன கதைகளைச் சொல்லியாவது உணவை உண்ண மறுக்கும் குழந்தைகளுக்கு அமுதூட்ட வேண்டும்.

பெரிய மாணவர்கள் விஷயத்தில்

படிக்கின்ற இளைஞர்களுக்கு நிறைய பிரச்னைகள் இருக்கின்றன. பாடத்தில் நாட்டமில்லாமல் அல்லது வாழ்க்கையிலே கூட நாட்டமில்லாமல் வீட்டை விட்டு ஓடிப் போவது அல்லது தற்கொலை முயற்சி போன்றவைகளை இளைஞர்கள் செய்கிறார்கள். இது ஏன்? பெற்றோர்களிடமும் ஆசிரியர்களிடமும் சரியான அணுகுமுறை இல்லாததுதான்.

அரும்பு மீசை முளைக்கும் பருவத்தில் இளைஞர்கள் கெட்டுப் போவதாகப் பெரியவர் சொன்னதாகச் சொன்னீர்களே. அந்தப் பருவம் ஜாக்கிரதையாகக் கையாளப் பட வேண்டிய பருவம். வீட்டுக்கு வரும் இளைஞனிடமோ அல்லது யுவதியிடமோ அன்று பள்ளிக்கூடத்தில் என்ன நடந்தது என்று கேட்க வேண்டும். பெற்றோர்கள் அவர்களிடம் அன்பாக பேச வேண்டும். இதையெல்லாம் இளைஞர்கள் உண்மையிலே எதிர்பார்க்கிறார்கள். அல்லது அவர்களுக்கு நல்ல நண்பர்களை ஏற்படுத்திக் கொடுக்க வேண்டும். எதற்குமே ஒரு அவுட்லெட் வேண்டும். அதாவது மனத்தில் இருப்பதை வெளியிலே கொட்டிவிட வேண்டும். 'சுவரிடம் சொல்லியாவது அழ வேண்டும்' என்று பெரியவர்கள் சொல்வார்கள். இளைஞர்களிடம் அப்பா அம்மா மனம் திறந்து பேசும் போது அவனுடைய பிரச்னை தீர்க்கப்படலாம்.



நம்பி

மூன்றாவதாக ஒரு தற்கொலை!

என்னிடத்தில் கூட ஒரு கேஸ் வந்தது. ஒரு பள்ளிக்கூடத்தில் இரண்டு தற்கொலைகள் அடுத்தடுத்து நடந்தன. மூன்றாவது நபர் தற்கொலைக்கு முயற்சித்த போது என்னிடத்தில் கூட்டிக் கொண்டு வந்தார்கள். அந்தப் பெண்ணை விசாரித்த போது தன்னுடைய டீச்சர் அடிக்கடித் திட்டுவதாகவும் தனக்கு அவமானத்துடன் மூளை பாதிப்பே ஏற்பட்டு விடுவது போல் ஒரு பிரமை ஏற்படுவதாகவும் அவள் என்னிடம் சொன்னாள். உடனே அவளுக்கு இரண்டு நாள் சைக்கோ முறையில் சில விஷயங்களைச் சொன்னேன். அவள் மனத்தில் இருப்பதை எல்லாம் என்னிடம் கொட்டித்தீர்த்தாள். அவளுடைய பெற்றோர்களைக் கூப்பிட்டு,

"உங்களுடைய பெண்ணை நீங்கள் வீட்டில் அநாவசியமாகத் திட்டாதீர்கள்" என்று கேட்டுக் கொண்டேன்.

அதேபோன்று பள்ளிக்கூட ஆசிரியையையும் கூப்பிட்டு அவருக்கு மனோதத்துவ விளக்கத்தைக் கூறி மாணவிகளிடம் எப்படி நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்பதையும் விளக்கினேன்.

அன்பு, பரிவு, இரக்கம் இவையெல்லாம் ஆசிரியைகளிடம் வேண்டும். பொறுமை ரொம்ப ரொம்ப தேவை. அந்தப் பெண் மீண்டும் பள்ளியில் திரும்பப் படித்ததோடு இப்போது விமான பணிப்பெண்ணாக இருக்கிறாள். மனிதர்களை மனிதர்களாக மதிக்கத் தெரிய வேண்டும். அதே போன்று குழந்தைகளின் மனத்தில் அவர்கள் சிறு குழந்தைகளாக இருந்தாலும் மனத்தில் கஷ்டம் ஏற்பட்டால் அவைகளை அடக்கி வைத்துக் கொள்ளாமல் பெற்றோரிடமோ ஆசிரியரிடமோ சொல்லி விட வேண்டும். அத்தகைய சிறந்த நண்பர்களாக அவர்கள் விளங்க வேண்

டும்.

ஒரு பட்டத்தைப் போன்றவை குழந்தைகள். பட்டத்தைச் சுதந்திரமாக மேலே பறக்க விடுவதைப் போன்று குழந்தைகளையும் சுதந்திரமாக இருக்க அனுமதிக்க வேண்டும். பட்டத்தை ரொம்பவும் மேலே பறக்க விட்டால் அவைகள் பறந்தே போய்விடும் அல்லது கிழிந்துவிடும். எனவே கையில் பிடித்திருக்கும் நூலை நாம்தான் கவனமாகக் கையாள வேண்டும். அதே போன்று பெற்றோர்கள் கையில் பிடித்திருக்கும் நூல் போல் கவனமாக பிள்ளைகளை அடக்க வேண்டும்.

ஒரு உடன்பாடு குழந்தைகளுடன் இருந்தால், இளைஞர்களுடன் இருந்தால் அவர்கள் ஏன் தீய பழக்கத்தைப் பழகப் போகிறார்கள்? கஞ்சாவோ, அபினோ கெடுதல் என்பதை ஆரம்பத்திலே கண்டுபிடித்து இடித்துச் சொல்லி சில சமயம் அன்பாய் அறிவுறுத்தி வழிக்குக் கொண்டு வந்துவிடலாம்!

நீதி போதனை வகுப்புக்கள் அவசியம்

நீதி போதனைகள் அவசியம். அவசியம். அவசியம். இந்தக் கால இளைஞர்களுக்கு மிக முக்கியத் தேவை. அலை பாயும் மனத்தை கட்டுப்படுத்த நீதி போதனைகள்தான் வழி வகுக்கும். காந்தியின் வாழ்க்கையை மாற்றியது கூட ஹரிச்சந்திரா கதைதானே. பள்ளிக்கூடத்தில் சொல்லிக் கொடுக்க வேண்டும். அப்படி இல்லாவிட்டாலும் கூட பெற்றோர்கள் சொல்லிக் கொடுக்க வேண்டும். பள்ளிக்கூடத்தில் வாரத்திற்கு ஒருமுறையாவது கண்டிப்பாக நல்ல கதைகளைப் போதிக்க வேண்டும்.

பல முக்கியமான பள்ளிகளில் இருப்பதாகச் சொல்லப்படும் சில குறைகள்

சில பள்ளிக்கூடங்களில் ஆசிரியர்கள் பாடமே நடத்தாமல் கிளாஸ் லீடரைக் கொண்டு பாடத்திற்கான நோட்ஸை வாசிக்கச் சொல்லி அதை அப்படியே மாணவர்களை எடுத்துக் கொள்ளச் சொல்கிறார்களாம். ஆசிரியர் ஒரு நோட்டுப் புத்தகத்தை வைத்துக் கொண்டு நான்கு ஐந்து தலைமுறை மாணவர்களைக் கூட இப்படியே உருவாக்கி விடுகிறார்கள். இது விரும்பக் கூடியதா? முற்றிலும் இல்லை.

புதிய புதிய விஷயங்கள் மாணவர்களுக்கு எட்டாமல் போகும். பாடமே நடத்தாமல் நோட்ஸ்கொடுப்பதால்மனப்பாடம்செய்யக் கூடிய மனப்பக்குவம்தான் மாணவர்களுக்கு ஏற்படும். இதனால் சுய சிந்தனையை மாணவர்கள் இழப்பார்கள். சுவாரஸ்யமாக நடத்த வேண்டிய விஷயங்களைப் பல உதாரணங்களைச் சொல்லி நடத்த வேண்டிய விஷயங்களை இப்படி நோட்ஸ் முறையில் நடத்தி மாணவர்களின் மூளையை மழுங்கச் செய்யும் ஆசிரியர்களைத் தலைமை ஆசிரியர்கள் கண்டிக்க வேண்டும்.

மாணவர்களோடு பாட சம்பந்தமான டிஸ்கஷன், கருத்தரங்கு போன்றவைகளை ஏற்படுத்த பள்ளி நிர்வாகமே ஒவ்வொரு வகுப்பிலும் முயல வேண்டும்.

கட்டணங்களை அதிகம் வசூலிக்கிறார்கள் என்று சொல்லிக் கொண்டு இருந்து மட்டும் பயனில்லை. இவை சம்பந்தமாக உடனே அரசுக்குத் தெரிவிக்க வேண்டும். நாம் ஒருவர் முனைந்து என்ன நடக்கப் போகிறது? என்று எண்ணக் கூடாது. அரசு அதிகாரிகளும் உடந்தையாகத்தான் இருப்பார்கள் என்று நினைக்கவும் கூடாது. ஒரு சில அதிகாரிகள் உடந்தையாக இருக்கலாம்., அதற்கென்று எல்லா அரசு அதிகாரிகளும் அப்படியில்லை. நாம் செய்யும் முயற்சியைச் செய்து விடலாம் இல்லையா?

பள்ளித் தலைமையாசிரியரின் பொறுப்பு

பள்ளிக்கூடத் தலைமை ஆசிரியர்கள், ஆசிரியர்கள் மீது ஒரு கண்ணை எப்போதும் வைத்திருக்க வேண்டும். மாணவர்கள் மீது அதிகமாகப் பாட வேலைப்பளுவைக் கூட்டும் ஆசிரியர்களைக் கண்டிக்க வேண்டும். தன் பொறுப்பை ஆசிரியர் தட்டிக் கழிக்கிறார் என்றால் அவர் தண்டிக்கப்பட வேண்டியவர்தான். அதற்கென்று மாணவர்களுக்கு வீட்டுப் பாடமே கொடுக்காமல் ஒரு ஆசிரியர் இருக்கிறார் என்றாலும் அவரும் தண்டிக்கப்பட வேண்டியவர்தான். பாரம் அதிகமானால் வண்டிக் குடை சாய்ந்துவிடுவதைப் போல்

பலாக்கொட்டைகளை வாங்கி மேல் தோலை நீக்கவும். காரட் சீவியில் சீவியோ அல்லது தூளாக்கியோ வெயிலில் உலர்த்தவும். மிக்ஸியில் பொடி செய்து கொண்டால் கொதிக்கும் குழம்பில் அரிசி மாவுக்குப் பதில் உபயோகம் செய்யலாம். குழம்பும் மணம் வீசும்.
— சித்ரா.

மாணவர்களும் பீதி அடைந்து விடுவார்கள் என்பதை ஆசிரியர்கள் உணர வேண்டும்.

ஷிப்ட் ஸ்கூலைப் பற்றி நாம் இங்கே சொல்லியாக வேண்டும். இட நெருக்கடி; அதனுல்தான் ஷிப்ட் ஸ்கூல் என்று நிர்வாகத்தினர் சொல்வதுஒப்புக்கொள்ளவேண்டியதுதான். ஆனுல் பல இடங்களில் வருமானத்தை மட்டும் நம்பியே ஷிப்ட் செயல்படுத்தப்படுகின்றது. இது கண்டிக்கத் தக்கது. ஷிப்ட் ஸ்கூலினுல் மாணவர்களுக்குப் பாதிப்பு இருக்கத்தான் செய்கிறது. காலையில் ஸ்கூலாக இருந்தால் பரவாயில்லை, சில மாணவர்களுக்கு மதியம் பன்னிரண்டு மணிக்கு மேல்தான் ஷிப்டில் ஸ்கூல்கள் ஆரம்பமாகின்றன. காலையில் ஸ்கூல் இருந்தால்தான் மாணவர்களுக்குப் பள்ளிக்கூடத்துக்குப் போக வேண்டும் என்ற எண்ணம் ஏற்படும். மதியம்பன்னிரண்டு மணிக்கு மேல் என்கிறபோது கொஞ்சம் சுணக்கம் ஏற்படுகிறது.

அதுமட்டுமல்ல, பெற்றோர்களுக்கும் கஷ்டம்தான். அதுவும் காலையில் ஒரு குழந்தைக்கு ஸ்கூல், மதியத்திற்குமேல் இன்னொரு குழந்தைக்குஸ்கூல்என்கிறபெற்றோர்களுக்கு குழந்தைகளை கவனிக்கவே நேரம் போதாது. பாக்கி வேலைகளை அவர்கள் எப்படிச் செய்வார்கள்? அவசியம் இல்லாமல் ஷிப்ட் முறையை அரசு ஊக்குவிக்கக் கூடாது.

யூனிஃபார்ம்

இது குழந்தைகளுக்கு வேண்டிய ஒன்றுதான். ஏற்றத் தாழ்வுகளை போக்குவதற்காக மட்டுமல்ல. எந்தப் பள்ளிக்கூடக் குழந்தைகள் என்பதை அடையாளம் காட்டவும் யூனிஃபார்ம் பயன்படுகிறது. ஆனுல் பல பள்ளிக்கூடங்களில் துணியை இங்குதான் எடுக்க வேண்டும், இந்த டெய்லரிடம்தான் தைக்க வேண்டும்என்றுசிலவழிமுறைகளைச் சொல்கிருர்கள். இதே முறை பாடப் புத்தகத்திலும் பின்பற்றப்படுகிறது. புத்தகம், நோட்டு முதலியவைகளை இந்தக் கடையில்தான் வாங்க வேண்டும் அல்லது ஸ்கூலில்தான் வாங்க வேண்டும்என்று சொல்லி விடுகிருர்கள்.

இது சில பெற்றோர்களுக்கு இடைஞ்சலாகத்தான் இருக்கிறது. விலை மலிவில் கோ ஆபரேடிவ் ஸ்டோரில் இருந்து வாங்கிக் கொடுக்க எண்ணும் பெற்றோர்கள் எத்தனையோ பேர் இருப்பார்கள். அல்லது துணி மணியைத் தவணை முறையில் வாங்கக் கூடிய பெற்றோர்கள் இருப்பார்கள். இந்த விஷயங்களை எல்லாம் பள்ளிக்கூட நிர்வாகிகள் யோசித்துப் பார்த்தால் நல்லது.

சில விஷயங்களைக் கட்டாயப்படுத்தும் பள்ளிகள் சரியான நேரத்தில் மாணவர்களுக்குப் புத்தகம் மார்க்கெட்டில் கிடைக்காவிட்டால் அதைப் பற்றிக் கண்டு கொள்வதில்லை. இது ஏனே? பாடப் புத்தகங்களை சரியான நேரத்திற்கு மாணவர்களுக்குக் கிடைக்க அரசு ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும். அதற்குக் கல்வி அதிகாரிகள் நடவடிக்கை எடுக்க வேண்டும்.

பள்ளிக்கூடத்தில் நூலக வசதி இருக்கிறதா? விளையாட வசதி இருக்கிறதா? சரியான சோதனைக்கூட வசதி இருக்கிறதா என்பதை எல்லாம் அரசு சோதனை செய்து விதிகளை மீறும் பள்ளிகளின் மீது நடவடிக்கை எடுக்க வேண்டும்.

வியாபாரத்திற்காகத் துவங்கப்படுகின்ற நர்சரி பள்ளிகளில் அடிப்படை வசதிகள் கூட சில இடங்களில் சரியாக இருப்பதில்லை! சின்னக் குழந்தைகள் படிக்கின்ற இடத்தில் பாத்ரூம் வசதிகளும், காற்றோட்ட வசதிகளும் இருக்க வேண்டும்.

இங்கே சில பிரச்னைகளையும் சில தீர்வுகளையும் சொல்லியுள்ளோம். இவைகளை பெற்றோர்களாகட்டும், ஆசிரியர்களாகட்டும், அல்லது நிர்வாகிகளாகட்டும் ஜூன் ஜூலை மாதத்தில் மட்டும் பேசினுல் பயனில்லை. பெற்றோர்கள் — ஆசிரியர்கள் சங்கத்தை வலுவான முறையில் உருவாக்கிப் பிரச்னைகளைத்தீர்க்க நிரந்தரமாக வழி காண வேண்டும்.

இருபத்து ஒன்றும் நூற்றுண்டில் நிஜமாகவே தலைதூக்கப் போகும் இளைய சமுதாயத்திற்கு அப்போதுதான் நாம் நல்லது செய்தவர்களாவோம்!

பேட்டி தொகுப்பு:
கீழாம்பூர் சங்கரசுப்பிரமணியன்

புகைப்படங்கள்: **பிரபுசங்கர்**

> உங்கள் கணவர் உபயோகப்படுத்தும் 'ஆஃப்டர் ஷேவ் லோஷன்' உங்களுக்குச் சமயத்தில் உதவும். உங்கள் குழந்தை விளையாடும் போது அடிபட்டுக் கொண்டால் டெட்டாலுக்குப் பதிலாக இதனை உபயோகிக்கலாம். கொஞ்சம் எரிச்சல் ஏற்பட்டாலும் காயத்தை உடனே குணப்படுத்தும்.
>
> — பிரியா ரமணி.

உண்மையிலேயே பாதுகாப்பை விரும்புவோருக்கு!

ஜெயசக்தி பைனான்சியர்ஸ்

(சென்னை)

A LEADING HIRE PURCHASE FINANCIERS

குறைந்த பட்ச டெபாசிட் ரூ. 5000/- ஏற்றுக் கொள்ளப்படும்.

ரூ.10,000/-க்கு மேல் டெபாசிட் செய்யும் ஒவ்வொரு டெபாசிட்தாரர்களுக்கும் ஊக்க போனஸாக 1% கூடுதல் வட்டி வழங்கப்படும்.

கவர்ச்சிகரமான வட்டி விகிதங்களில் பிக்சட் டெபாசிட்டுகள் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன.

1 - வருடம் **18%**

2 - வருடங்கள் **19%**

3 - வருடங்கள் **20%**

5 - வருடங்கள் **22%**

உங்கள் டெபாசிட்டுகளை அனுப்பும் முகவரி

சென்னை
39, நடேசன் தெரு (2வது மாடி)
சிவா-விஷ்ணு கோயில் அருகில்
உஸ்மான் ரோடு, தி.நகர், சென்னை-600 017.
போன் : 442218/447186

பெங்களூர்
24/1-A, மார்கோஸா ரோடு (10வது கிராஸ்)
மல்லேஸ்வரம், பெங்களூர்-560 003.
போன் : 366971

திருச்சி
22, மதுரை ரோடு (முதல் மாடி)
ராஜா தியேட்டர் அருகில்
திருச்சிராப்பள்ளி-620 008.
போன் : 29772/31376

பாண்டிச்சேரி : 11, நேரு தெரு (கனரா வங்கி எதிரில்)
2வது மாடி, பாண்டிச்சேரி-605 001.
போன் : 6493

தஞ்சாவூர் : எண் : 2 & 3 முதல் மாடி, ஜி.ஏ.கனால் ரோடு,
தஞ்சாவூர்-613 001. போன் : 1626

திருவண்ணாமலை : 14/A, ஆனைக்கட்டி தெரு,
திருவண்ணாமலை-606 601. போன் : 2483

பட்டுக்கோட்டை : 121, தலையாரி தெரு, (முதல் மாடி)
பட்டுக்கோட்டை-614 601. போன் : 453

கோயமுத்தூர் : 666, ராஜா தெரு (முதல் மாடி)
கோயமுத்தூர்-641 001. போன் : 34369

மதுரை : 41, வடக்கு வெளி வீதி (முதல் மாடி)
மாடர்ன் லாட்ஜ் ஸ்டாப்பிங், மதுரை-625 001

JAY ADTS JF-101/86 Tam.

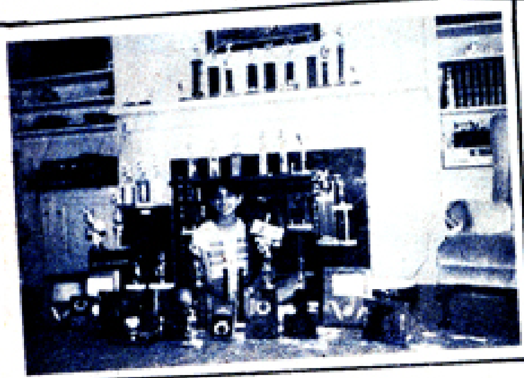
செய்திச் சுருக்கம்

ஆஸ்துமா ஒரு விளக்கத்திற்கு ஒரு விளக்கம்

ஆஸ்துமா பல்வேறு காரணங்களால் பிறந்தாலும், மிகச் சுத்தமான காற்றைச் சுவாசிக்கச் செய்வதன் மூலம் அதை நிறுத்த முடியும் என்கிறார், கோவையைச் சேர்ந்த சுந்தரராஜன்.

கண்ணுக்குக்கண்ணாடிபோல மூக்கிற்குள்ளும் ஒரு ஃபில்டரை வைத்துவிட்டால் ஆஸ்துமா குறையும் என்கிறார். தன்னிடம் வந்த ஏராளமான நோயாளிகளை இந்த முறையில் குணப்படுத்தி இருக்கிறாராம். மூக்கிற்குள் பொருத்தப்படும் இந்தக் கருவியினால் எந்தத் தொந்தரவும் ஏற்படாது. வெகு சில நாட்களிலேயே குணம் பெறலாம் என்கிறார். இதை ஒரு வியாபாரமாகச் செய்யாமல் சேவையாகச் செய்து வரும் சுந்தரராஜன். (கணேச மகால், 159, முதல் மாடி, திவான் பகதூர் சாலை, ஆர். எஸ். புரம், கோயம்புத்தூர் - 641 002.)

ஒரு குகை டென்னிஸ் கோர்டானது!

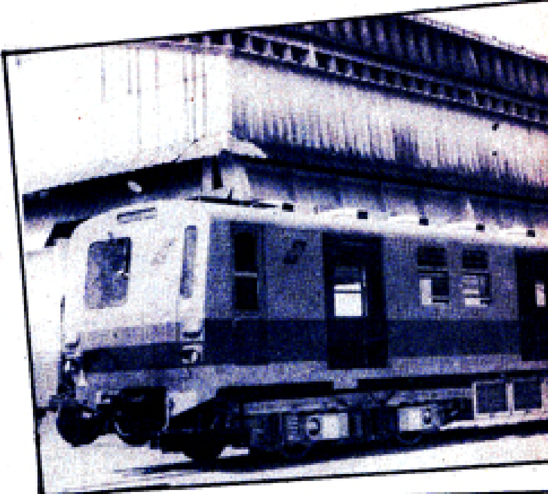


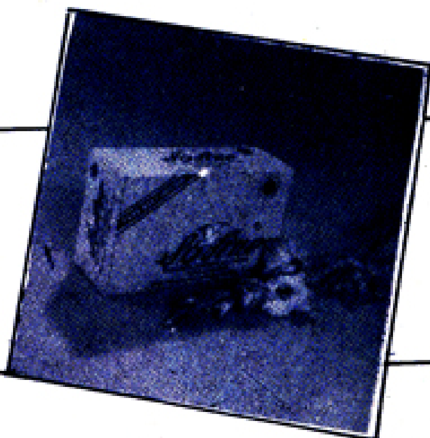
அமெரிக்காவிலே, ஏன் உலகிலேயே குகையில் ஒரு டென்னிஸ் கோர்ட் இருப்பது 'கார்தேஜ்' எனப்படும் மத்திய மேற்கு அமெரிக்காவில்தான். முதலில் 'மார்பிள்' கற்களுக்காக வெட்டப்பட்ட இந்த குகை இப்போது ஒரு டென்னிஸ் கோர்டாக மாற்றப்பட்டு விட்டது. என் பெண் மஞ்சுளா சுப்ரமண்யம் இங்கு குறிப்பிடத்தக்க டென்னிஸ் விளையாட்டுக்காரி. ஐம்பதுக்கும் மேற்பட்ட பரிசுகளை வாங்கியிருக்கிறாள்.

— சாரா சுப்ரமணியன்.

கல்கத்தா பாதாள ரயில் வண்டியின் புகைப்படத்தைத் தாங்கள் மங்கையர் மலரில் வெளியிட்டு அவை கல்கத்தாவில் தயாரிக்கப்பட்டவை எழுதியிருந்தீர்கள். இந்த வண்டியின் கோச்சுகள் அனைத்தும் நம்முடைய சென்னை ஐ. சி. எப்.பில் தயாரிக்கப்பட்டு அனுப்பப்பட்டவை என்பதை உங்களுக்குப் பெருமையுடன் சுட்டிக் காட்ட விரும்புகிறேன்.

வடிவேலு,
பி. ஆர். ஓ.
ஐ. சி. எஃப். சென்னை — 38.





முழுக்க விஸ்கோஸ் இழைகளால் தயாரிக்கப்பட்ட 'ஸோஃபைன்' என்ற சானிடரி நாப்கின் விலைக்கு வந்துள்ளது. இது முழுக்க ஈரத்தை உறிஞ்சி காய வைத்துவிடுவதால் பெண்களால் விலக்கு நாட்களில் அதிகம் சிரமம் இல்லாமல் இருக்கலாம் என்கிறார்கள் தயாரிப்பாளர்கள்.

இந்தியாவுக்குப் பெருமை சேர்க்கும் சித்ரா கல்யாண்



போலீஸ் துறை சூபரிண்டெண்டின் மகள். சென்னையைச் சேர்ந்த இவர் திருநெல்வேலியிலும் நாகர்கோவிலிலும் பள்ளிப் படிப்பை முடித்துவிட்டு பாண்டிச்சேரி 'ஜிப்மெர்' கல்லூரியில் மருத்துவப் பட்டம் பெற்றவர். ஒட்டாவா பல்கலைக்கழகத்தில் மருத்துவ மேற்படிப்பு (முதுகலைப்) பட்டம் பெற்றவர். பாதாலஜி அனாடமிகல், க்ளினிகல் பாதாலஜி துறையில் சிறப்பு மருத்துவப் பட்டம் பெற்றவர். கனடா மருத்துவம் மற்றும் அறுவை சிகிச்சை அரசுக் கல்லூரி உறுப்பினர். அமெரிக்கப் பாதாலஜி கல்லூரி உறுப்பினர்.

அமெரிக்காவில் தற்போது இரத்தம் மற்றும் ப்ளாஸ்மா சேகரிப்புத் துறையில் மருத்துவ இயக்குநராகப் பணியாற்றி வருகிறார்.

ப்ளாஸ்மா மனித இரத்தத்தின் முக்கியக் கூறுகும். அது எளிதாகத் தனித்த பொருளாகக் கிடைப்பதில்லை. ப்ளாஸ்மாவிலிருந்து தயாரிக்கப்படும் பேக்டர் VIII, க்ரியேப்ரிசிபிடாலிமற்றும்ஆல்புமின்முதலியன ஹேமோ பிலிஸ், அதிக இரத்த இழப்பால் உண்டாகும் கொடிய மயக்கம், கேன்ஸர் முதலிய பல வியாதிகளை குணப்படுத்த மிகமிக இன்றியமையாதவை. இதைச் செயற்கையாகத் தயாரித்து மருத்துவ உலகில் பெரிதும் நன்மை செய்து வருகிறார்கள் சித்ரா கல்யாண் சார்ந்திருக்கும் நிறுவனத்தினர் —

சென்ற இதழில் 'ஸ்ரீ புவனேஸ்வரி விஜய ஸ்தம்பம்' பற்றிக் குறிப்பிட்டிருந்தோம். 'ஜெய ஜெய புவனேஸ்வரி' நாமத்தை எழுதியனுப்பக் கடைசி தேதி: 30.9.86.

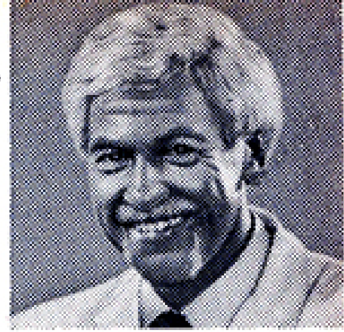
இப்போது, பற்குழி ஏற்பட்டு பற்களை இழக்கும் தொல்லையிலிருந்து
உங்கள் குழந்தைகளை நீங்கள் காப்பாற்றிட முடியும்.

அதிகபட்ச
பற்களை



எரிக் பெயினஸ்

கோல்கேட்டின் உலகப் புகழ் வாய்ந்த, பற்கள் சம்பந்தமான ஆராய்ச்சி வல்லுநர் விளக்குகிறார்.



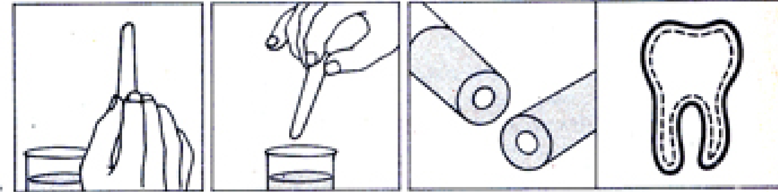
"கோல்கேட் :.ப்ளூரிகார்டிலுள்ள விசேட :.ப்ளூரைடு உலகத்தில் மிக அதிகமாக சோதித்து மெய்ப்பிக்கப்பட்டது. இது உங்கள் குழந்தைகளுக்கு பற்குழியிலிருந்து அதிகபட்ச :.ப்ளூரைடு பாதுகாப்பு வழங்குகிறது. சாக் மூலம் நிகழும் இந்த எளிய செய்முறை விளக்கத்தைப் பாருங்கள்."

இந்த சாக் உங்கள் பல் என வையுங்கள் மற்றும் இந்த வண்ணத் திரவம் கோல்கேட்டின் விசேட :.ப்ளூரைடு.

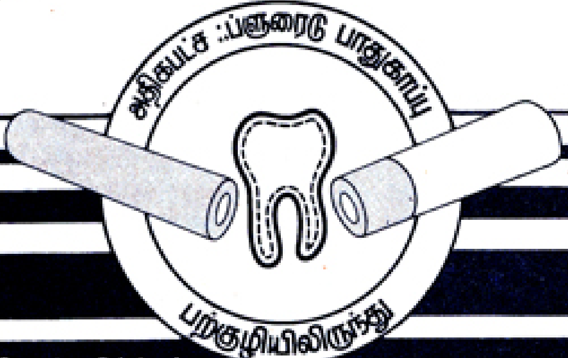
சாக்கை திரவத்தில் தோய்த்து இரண்டாக உடைத்திடுங்கள்.

வண்ணத் திரவம் சாக்கில் ஊடுருவி சென்றுள்ளது போல

கோல்கேட்டின் விசேட :.ப்ளூரைடு பல் எனுமலில் ஊடுருவி பற்குழி ஏற்படாதவாறு பாதுகாக்கிறது. மற்றும் பற்களை உறுதியாக்குகிறது.







கோல்கேட் :.ப்ளூரிகார்டு டூத்பேஸ்ட்
பற்குழியிலிருந்து அதிகபட்ச :.ப்ளூரைடு
பாதுகாப்பு வழங்குகிறது மற்றும் நல்ல சுவை

Rediffusion/CP/3022j TM

கோடுகள் கோலமாவதில்லை

கோமளா வரதன்

சில்லென்று ஈரக்காற்று வீசுகிறது. எங்கோ மழை பெய்கிறது போலும். இங்கும் கொட்டி விடுவேன் என்று பயமுறுத்துவதைப் போல கருமேகங்களின் திரள். கடபட படபடாவென்று தூரத்தில் இடியின் உறுமல். தெரு விளக்குகள் ஒருகணம் அணைந்து மறுபடி உயிர் பெற்று எரிகின்றன. சினிமா விட்டு வெளியே வந்த கும்பல் அந்தக் கணத்தில் ஸ்தம்பித்து நின்று, உடனே ஒரு பெருமூச்சுடன் நாலா திசையிலும் விரைந்து கலைகிறது.

மிகவும் பிரமாதப்படுத்தப்பட்ட ஆங்கில படம். நாலு ஆஸ்கார், எட்டு பத்திக்கு டைம்ஸ் மாகஸினில் புகழாரம்... கும்பலுக்குப் பஞ்சமில்லை. கார் பார்க்கில் குறுக்கும் நெடுக்குமாய் ஏகப்பட்ட பல சுருதிகளில் வண்டிகள்...

ப்பீங், ப்ப்பீய்ய்ய்ங் என்று பல சுருதிகளில் ஹாரன் அலறல்கள்... பூனைக் கண்களாய் ஒளிரும் விளக்குகள்...

"விமலாவைக் கூட்டிண்டு போகச் சொல்லி ராஜப்பா கிட்ட..."

கையைப் பிடித்து பிரபு இழுத்திருக்காவிட்டால் அந்தக் கார் அவள் மீது முட்டியே இருக்கும். காரோட்டியை முறைத்து விட்டு காதம்பரியின் கையைப் பிடித்துக் கொண்டே நடக்கிறான் பிரபு. காருக்குப் போகும் வரை விடவில்லை. கதவைத் திறந்து அவர்கள் ஏறிக் கொள்ள காத்திருந்தது போல் தூற ஆரம்பிக்கிறது மழை. பொட், பொட், பொட்டென்று லய வாத்தியம் போல சுருதி கூட்டுகிறது.

முன் பக்கக் கண்ணாடியில் திரண்டு வாய்க்காலாய் இறங்குகிறது. முன்னால் மறித்திருந்த கார்கள் கிளம்பி வழி கிடைக்கும் வரை காத்திருந்து அவர்களும் கிளம்புகிறார்கள்.

வீட்டை நோக்கிப் போகாமல் கார் எதிர்ப் பக்கம் நெடுஞ்சாலையில் போவதை கவனிக்கிறாள் காதம்பரி. ஆக்ட்ராய் செக்போஸ்டை தாண்டிக் கொஞ்ச தூரம் போனதும் ஏரி. ரோடு அதன் கரையை வளைத்துக் கொண்டு போகிறது. சாலையிலிருந்து ஒதுங்கி ஒரு பெரிய மரத்தினடியில் நிறுத்துகிறான் பிரபு. மெல்லிய விசும்பலுடன் என்ஜின் மடிகிறது. முன் விளக்குகள் அணைகின்றன.

ஏரி நிரம்ப அள்ளித் தெளித்தாற்போல் சிதறியிருந்த வெண் தாமரை மொட்டுகள். மேகங்களூடே காயும் நிலவு. ஆனாலும் கறுப்பல்ல, சாம்பல் நிறமானது என்று தோன்றுகிறது காதம்பரிக்கு. மழை மெல்ல மெல்லக் குறைந்து... நிற்கிறது... சுற்றுப்புறமெங்கும் புதியதாய் ஒரு சுத்தம். இருவரும் பேசாத, மௌனம். அந்த நிசப்தத்தில் ஆழ்ந்து போகிறாள் காதம்பரி. காது பரிபொரின் —

பகலில் உணராத அனேக சப்தங்கள் தெளிவாய்க் கேட்கின்றன. மெலிதாய் நீர் கசியும் ஓசை, சப்சப்பென்று ஒரு சப்தம், ரொய்ங்ங்கென்று சில் வண்டின் அறுவை, பறவையொன்று இறக்கையை அடித்துக் கொள்ளும் படபடப்பு... மரத்தின் சலசலப்பைக் கூட துல்லியமாய் கேட்க முடிகிறது. ஒளியில்லாதபோது ஒலியை அதிகமாய் உணர முடிகிறது போலும். காற்றுக்குக் கூட ஒரு புது பரிமாணம் உண்டாகி, கேட்க முடிகிறதோ...!

பொட்டென்று காரின் மேல் தண்ணீர் தெறிக்கிறது. தொடர்ந்து வீசிய காற்றில், மரத்து இலைகளில் தூங்கிய நீரெல்லாம் சடசடவென்று விழ, கையை வெளியே நீட்டிப் பிடிக்கிறாள் காதம்பரி.

ஓரக் கண்ணால் பார்க்கிறான் பிரபு.

அதை உணர்ந்தவள், டக்கென்று கையை உள்ளே இழுத்துக் கொள்ளுகிறாள். சிரிக்கிறான் அவன்.

அவள் திரும்பி, ஏனென்று கேட்பது போல் பார்க்கிறாள். மிக மங்கிய வெளிச்சத்தில் கண், மூக்கு, வாய் என்று தனித்தனியாகத் தெரியாமல் ஒரு முழு நிலாவைப் போல் வெளேரென்ற முகம் மட்டும் மொத்தமாய்ப் பளபளக்கிறது.

"உன்னாலே கூட இப்படி ஒரு... ஒரு... சந்தோஷமா இருக்க முடியறதே..."

"அப்படின்னா? சாதாரணமா நான் ஒரு உம்மணா மூஞ்சியாகவா இருக்கேன்...?"

"அப்படியில்லே, சிறுபிள்ளைத்தனமான விளையாட்டு, அரட்டையையெல்லாம் உன் கூட இணைச்சுப் பார்க்க முடிகிறதில்லே. அப்படியொரு இம்ப்ரஷன்..."

"நீங்களாகவே எப்படி அந்த மாதிரி தீர்மானிக்கலாம்...?"

"நீதான் தீர்மானிக்க வெச்சே..."

"நானா... அப்பப்ப மனுஷன் அந்தந்த மாதிரி இருக்கிறதுக்கு சூழ்நிலையே முக்கால் வாசி காரணம், தெரியுமோல்லியோ...?"

"அடடா, ஒரு ஸைக்கியாட்ரிஸ்ட் கிட்டே பேசிட்டிருக்கோம்கிறதை மறந்து சொல்லிட்டேனே... ஸாரி மேடம்...!"

அவன் சொன்ன மாதிரியில், அந்த 'மேடத்'தில் இருந்த பவ்யத்தில் அவளுக்கு 'பக்'கென்று சிரிப்பு வருகிறது...

சிரிப்புனூடே... டக்கென்று அந்த வார்த்தைகள் நினைவுக்கு வருகின்றன... மனுஷை நாதியில்லாம...

அப்படித்தானே சொன்னான் நித்யா... அதைப் பொய்யாக்கி விட முடியாதா...?

முடியுமே, முடியுமே... ஆனால்...

ஆனாலென்ன, எப்போது பார்த்தாலும் ஒரு ஆனால். ஆதியோடந்தமாய் அத்தனையையும் இவனிடம் சொல்லி, அடைக்கலமென்று...

சொல்லலாம், சில விஷயங்களை எப்படி



ஏற்றுக் கொள்வானென்று நிச்சயமாய்த் தெரியாத வரையில்... அவள் டைவோர்ஸ் விவகாரம்இருக்கட்டும். இந்தமாதிரி கலகலப்பான, ஒருவருக்கொருவர் ஒட்டியொட்டிப் பழகும் குடும்ப சூழ்நிலையில் வளர்ந்தவன், அவளுடைய பின்னணியை அறிந்தால் என்னவென்று நினைப்பான்...? ஒரு உறவு கூடச் சரியாய் அமையவில்லையென்றால் தவறு அவளிடந்தானென்று நினைத்து விட்டால்...

வேண்டாம், வேண்டாம்... அவள் தீர்மானித்துக் கொண்டு, அவன் பக்கம் பார்க்கையில் அவன் அவளையே பார்ப்பது தெரிகிறது..

''என்ன பார்த்துட்டேயிருக்கீங்க...?''

''நாளைக்கு ரொம்ப முக்கிய வேலையா பெங்களூர் போறேன். வர, ரெண்டு மூனு நாள் ஆகும், பார்க்க முடியாதேன்னு...

''ஒட்டகம் தண்ணியை சேர்த்து வெச்சுக்கும்னு வேறு சொல்லுவாங்க... பார்வையை...''

''தப்புப் பார்வையை இல்லே, காட்சியை...

''ஓ, இந்த சீனரிஸையா...?''

''க்கும், உன் தலை. உன்னை கற்பூரம்னு நினைச்சேன். சாம்பிராணியா இருக்கியே...''

''சாம்பிராணிக்கென்ன குறைச்சல், கற்பூரத்தை விட சாம்பிராணியா இருக்கிறதே எனக்குப் பிடிக்கும்...'' சற்று நிறுத்தி அவளே தொடர்கிறாள். ''யோசிச்சுப் பாருங்க. கற்பூரம் டக்குனு தீப்பிடிக்கும். எரியும். தீர்ந்து போச்சு. ஆனா, சாம்பிராணியோ... நிதானந்தான்... இருந்தாலும் புகையறப்பவும் அதுக்கப்புறமும் அதனோட வாசனை ரொம்ப நாழி நிறைஞ்சிருக்குமே...'' அவள் குரல் பின்னும் தழைகிறது.

''என் கூட பழகறப்பவும், அப்புறமும் கூட என் நினைவும் நட்பும் பழகினவங்க மனசிலே சாம்பிராணி புகையாட்டமா மணம் பரப்பிட்டு இருக்குமானால், அதை விட எனக்கு வேறென்ன வேணும்? என் சிநேகத்தை ஒருத்தர் சாம்பிராணி வாசனை

போல நினைக்க நினைக்க ஒரு சந்தோஷத்தோட பார்க்கும்படியா இருக்கேன்று. அதை விட பெரிய காம்ப்ளிமெண்ட் கிடைக்குமா...? சொல்லுங்களேன்...''

அயர்ந்து போகிறான் பிரபு!

வெயிலே இல்லை. அங்குமிங்கும் ஓடி, சாமான்களின் பின் தன்னை மறைத்துக்கொண்டு, நடுநடுவே நகைமுகங்காட்டி, தாயுடன் விளையாடும் குழந்தையைப் போல மேகங்களில் மறைந்து, இடையிடையே கொஞ்சம் வெளிப்பட்டு ஆட்டங் காட்டுகிறான், சூரியன். மத்தியானமாய் இல்லாமல், மந்தஹாசமாய் இருக்கிறது வேளை.

ஒரு அலாதி கம்பீரத்தோடு பரந்து நிற்கிறது விதான சௌதா. என்ன அழகு. எத்தனை வேலைப்பாடு. அப்போது, அதைக் கட்டிய புதிதில்... பிரபுவுக்கு நன்றாய் நினைவிருக்கிறது. இங்கே பெங்களூரில்தானே படித்துக் கொண்டிருந்தான் அவன் — இவ்வளவு பெரிய கட்டிடம் எதற்கு. தண்ட செலவு என்று எத்தனை எதிர்ப்பு... எத்தனை கண்டனம். ஏகமாய் அமர்க்களப்பட்டது. அதைக்கட்டக்காரண கர்த்தாவான அரசியல்வாதி ஹனுமந்தையா அதில் ஒருநாள் கூட பதவியோடு அமரவில்லை. இப்போதென்னவென்றால், அதே விதான சௌதா பெருமைக்குரிய அம்சமாய், காட்டிப் பொருளாய் ஆகிவிட்டது. எத்தனை டூரிஸ்டுகள், என்ன கலகலப்பு.

ரசித்துக் கொண்டே வெளியே வருகிறான் பிரபு.

''லே, பிரபு... இல்லி எல்லோ?...'' காதுக்குக் காது உதடுகள் விரியச் சிரித்த வண்ணம் எதிரே குசலம் விசாரிக்கிறான் மஞ்சுநாத். அரசாங்கத்தின் துணை நிறுவனமொன்றில் டைரக்டராயிருப்பவன். பிரபுவோடு படித்தவன்.

''கொஞ்சம் வேலை இருந்தது. ரெண்டு நாளா...

''ஏறு, ரெண்டு நாள் இங்கே இருந்துட்டு..

தயிர்ப் பச்சடி வகைகளுக்குக் கடுகைத் தாளிக்கும்போது ஆற வைத்த பின்னரே கடுகைப் பச்சடியில் போட வேண்டும். தயிர்ப் பச்சடி வகைகளுக்கு வெண்டைக்காய்போன்றவற்றைத்தவிர மற்ற காய்கறிகளை வேக வைக்காமல் பச்சையாகவே நறுக்கிப் போட வேண்டும். தயிர்ப் பச்சடி வகைகளைச் செய்து முடித்தவுடன் அந்தப் பாத்திரங்களின் வேறு சூடான சமையல்பாத்திரங்களின் மேல் வைத்து மூடக் கூடாது. பச்சடி கெட்டியாக இல்லாமல் நீர்த்துப் போய் விடும்.

— விசாலாட்சி.

ஒரு போன் கூடப் பண்ணத் தோணலே..''

''என்னைப் போல ஒரு ஆளுக்குக் காரியம் நடக்கணும்னு உன்னைப் போல எத்தனை பேருக்குக் கும்பிடு போட வேண்டியிருக்கு. அதிலே டைம் இல்லாம...''

''காரியம் ஆகணும்னுதான் நீனேவே வரணுமா...?''

''சேச்சே. மினிஸ்டரே முதக் கொண்டு பாக்க வேண்டியிருந்தது. தெய்வம் வரங் கொடுத்தாலும் பூசாரி மறுத்துடக் கூடாதே. அதனாலேகுட்டி தேவதைகளையெல்லாம் சரிக் கட்டிட்டு...''

''காலே வார்றியே... நல்ல ஃப்ரெண்டுப்பா நீ...''

''எங்க பொஸிஷன்ல இருந்து பார்த்தா தாம்பா தெரியும். கைல என்ன பைலேயே காணோம், விதான சௌதாக்கு வந்திருக்கே...?''

''நான் லீவிலே இருக்கேம்பா. நாளன்னிக்கு குழந்தைக்கு ஆண்டு நிறைவு...''

''அட! கங்க்ராசுலேஷன்ஸ்...''

''அதான் இங்க ரெண்டு ஃபிரெண்ட்ஸை நேரே பார்த்து அழைச்சுட்டுப் போகலாம்னு. வேலேயெல்லாம் முடிஞ்சு போச்சில்லேயா, வீட்டுக்கு வந்துட்டுப் போயேன்...''

''இல்லே, நேரம் ஆயிடுத்து... மணி நாலா, நிக்காம நேரே போனு டான்னு ஆறரை மணிக்கு மைசூர்ல இருப்பேன்...''

''என்னப்பா நீ, கொஞ்சம் பேசலாம்னு கூட... இப்போ கமர்ஷியல் ஸ்ட்ரீட்டுக்குத் தான் போறேன். கூட வாயேன். குழந்தைக்கு நகை ஆர்டர் பண்ணியிருக்கேன். அதை வாங்கிண்டு, பக்கத்திலேயே எங்கேயாவது ஒரு காப்பி சாப்பிட்டுட்டு அப்புறமா கிளம்பலாம்...''

அதுவும் நல்ல யோசனையாய்த் தோன்றுகிறது. வழியில் காப்பிக்கு நிறுத்த வேண்டாம்... கமர்ஷியல் ஸ்ட்ரீட்டில் முண்டியடித்துக் கொண்டுதான் முன்னேற வேண்டியிருக்கிறது. அவ்வளவு கும்பல். கடைக்காரர் மஞ்சுநாத்தை ரொம்பவும் தெரிந்தவர் போலிருக்கிறது. பவ்யமாய் வரவேற்கிறார். அங்கேயே காப்பி தருவித்துத் தருகிறார். குட்டியாய் மோதிரம், சங்கிலி, காதுக்குத் தொங்கட்டான் என்று ஆர்டர் பண்ணியிருக்கிறான் போலும். நிறுக்க, கொள்ள கொஞ்சம் நேரமாகிறது.

மனத்தில் யோசனையுடனே கடையில் இருந்த நகை, பாத்திர வகைகளைப் பார்வையிடுகிறான், பிரபு.

போனதும் காதம்பரியிடம்தான் முதலில் சொல்ல வேண்டும், இந்த சமாசாரத்தை. பிஸினஸ் விஷயங்களெல்லாம் அவளுக்குப் புரியுமோ... புரியுமோ புரியாதோ முதலில் அவளுடன்தான் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டும்.

இப்போதெல்லாம் சுமுகமாய்ப் பழகுவது போலத்தான் படுகிறது. முன்பிருந்த இறுக்கம்

இல்லே. இருவரும் சில மாலைப் பொழுது களை ஒன்றாகக் கழித்திருக்கிறார்கள். காற் றாட நடந்திருக்கிறார்கள். அவனுக்காக அன்று அந்த ரிகார்டைக் கூட வாங்கி வந் திருந்தாளே...'

காதம்பரி...!

நழுவி நழுவியோடும் பாதரஸத்தைப் போல எந்தப் பேச்சுக்கும் பிடி கொடுக்கா மல் விலகினாற்போன்ற அந்தச் சுபாவம்... அவனுடைய அதிகப்படி துணிச்சலும், பேச சும் அவளுக்களித்த திகைப்பு, மருட்சி, சலிப்பு, எதிர்ப்பு...

இவை மட்டுமா...? அவளுடைய எண் ணங்கள், யோசனைகள்... ஒரு சாம்பிராணி யையும் கற்பூரத்தையும் ஒப்பிட்டு எப்படிச் சொல்லி விட்டாள்...? அடேயப்பா! ரசிக் கும்படி எவ்வளவு இருக்கின்றன அவ ளிடம்...

''என்ன நீங்க ஒண்ணும் வாங்கலியா?''

''ம்...?''

''லே, அந்தப் பெட்டியை எடுத்துக் காட் டுடா ஐயாவுக்கு. பாருங்க, புது மோஸ்தர். நாங்களே டிசைன் போட்டது...''

''ம், நல்லாயிருக்கு...''

''அவனுக்குக் காட்டி என்ன பிரயோஜ னங்க. கட்டை பிரம்மச்சாரி. உங்க டைம் தான் வேஸ்ட்.''

''அதென்ன அப்படிச் சொல்லிட்டீங்க. பிரம்மச்சாரிங்க நகை போடறதில்லையா? மைனர் செயின்ல எவ்வளவு வெரைட்டி.. மோதிரம், ரிஸ்ட் வாட்ச் செயின்... லே, அந்த மோதிர ட்ரேயை வெளிலே எடுத்துக் காட்டு. பாருங்க... எல்லாம் நம்ம கடை யிலே காரண்டிங்க...''

கடைக்காரர் சொல்கிறாரேயென்று பார்க் கிறான் பிரபு.

''பிடிச்சா எடுத்துக்குங்க சார். ரசீது கிசிதெல்லாம் கரெக்டா இருக்கும், எங்க கடையிலே. என்னிக்கு வேணாலும் திருப்பி மாத்திக்கலாம் நீங்க...''

கடைசி வரிசையில் ஓரமாய் இருந்த மோதிரம், சிறிய ஒற்றைக் கல் பதித்து நட்சத் திர வடிவில் மின்னியது கவர...

பையன் அவன் பார்வையைக்கொண்டே அதை எடுத்து நீட்டுகிறான்.

''அழகாயிருக்கு...'' என்று சொல்லிக் கொண்டே அதை சும்மா போட்டுப் பார்க் கிறான், பிரபு. மோதிர விரலில் கொள்ள வில்லே. சுண்டு விரலுக்குச் சரியாயிருக் கிறது. திருப்பித் திருப்பி அழகு பார்க்கை யில்... சட்டென்று தோன்றுகிறது... அவ ளுக்கு...? அவளுக்கு வாங்கினால்... ஒரு பிரசென்டாகக் கொடுத்தால்... அந்த நீள விரலில் அதைப் போட்டுப் பார்த்து...

''என்ன விலே இருக்கும் இது...?''

''விலையைப் பார்க்காதீங்க, பர்ஸ்ட் கிளாஸ் டைமண்ட் சார். எடுத்துட்டுப் போங்க.''

''வாங்கப் போறியா பிரபு. பிடிச்சி ருக்கா... பிடிச்சிருந்தா எடுத்துக்க. செக் கொடுத்தாலும் வாங்கிக்குவா. பணம் நிதா னமா அனுப்பினாலும் பரவாயில்லே. இவா கடையிலே நாம யோசிக்கவே வேணாம்..''

வாங்கலாமா...?

கண் சிமிட்டுவது போல் வைரம் ஒளிரு கிறது. வாங்கி விடலாமா...?

அவர்கள் வெளியே வரும்போது, மெத் தென்று வெல்வெட் பெட்டியில் பதிந்து, பிரபுவின் கோட்டின் உள்பாக்கெட்டில் கதகதப்பாய் ஜம்மென்று அமர்ந்து பயணிக் கிறது வைர மோதிரம்.

(தொடரும்)

சென்னை ஐஸ்வர்யா மாதர் சங்கம் பால கிருஷ்ண சாஸ்திரிகளைக் கொண்டு சுந்தர காண்டம் கதாகாலட்சேபம் நடத்தியது. 'பக்தியாகவும் ஆச்சு, எங்கள் வளர்ச்சிக்கும் உறுதுணையாச்சு' என்கிறார் தலைவி கல் யாணி நடராசன்.



Comforting cover, after Every Shower!



The Blend of Beauty
Wealth of Comfort
Lasting Durability

Mfd. Under German Know-how.

Kwality

Knitted Towels

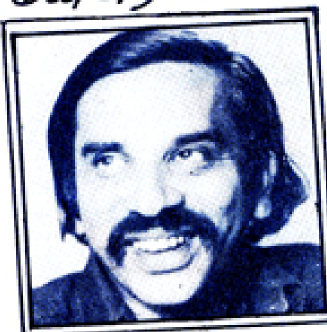
Kwality Textiles
Post Box No. 27,
Udumalpet Road,
POLLACHI-642 003

கல்கி

ஆகஸ்டு ௫ ஆண்டு மலர்

பம்பாய்த் தமிழர் சிறப்பிதழ்

மினி தொடர்



சுஜாதா

எழுதும் குறுநாவல்

உயிர் ஆசை!

எல்லோக் காலமா வெல்லோ!

க்ரைம் த்ரில்லர் தொடர்

பட்டுக்கோட்டை பிரபாகர்



ரூ 1000 முதல் பரிசுக் கதை

அதிக பக்கங்கள்; அதே விலை!

அழுகையை அடக்காதீர்கள்!



அழுகை வந்தால் சிரமப்பட்டு நிறுத்த முயலாதீர்கள். ஒரு சொட்டுக்கண்ணீர் மூக்கு நுனிக்கு வருமுன்பே பல நூறு கிருமிகள் மடிகின்றன. உங்கள் முகத்தோற்றம், அழகு பெறுகிறது. ஏன்? உங்கள் ஆயுள் காலம் கூட நீளுகிறது. அழுபவர்களேயும், விசும்புகிற வர்களேயும், கேவிக் கேவிப் புலம்புகிறவர் களேயும், டாக்டர்கள் ஆராய்ந்ததில் சில ஆச்சரியமான உண்மைகளைக் கண்டுபிடித் தனர். சில தப்பான கருத்துக்களைத் தகர்த் தெறிந்தார்கள்.

1. 'உதட்டைக் கடித்துக் கொண்டு அழுகையை அடக்கிக் கொள்வது நல்லதா? இல்லை. அப்படி அடக்குவதால் சில சமயம் அதிகக் கெடுதல்தான் உண்டாகிறது. அழுகையை அடக்கிக் கொள்ளும் ஆணைக் காட்டிலும், பொல பொலவென்று கண்ணீர் சொரியும் பெண் அதிக ஆரோக்கியமாக இருப்பாளாம்! அழுகையை நிறுத்துவது ஒரு பெரிய வீரமல்ல. அழுவதால் கோழை என்றும் நினைக்கக் கூடாது. நெப்போலியனும், சர்ச்சிலும், நம் ராமாயண காலத்தில் ராமரும் கூட வாய் விட்டு அழுது, கண்ணீர் பெருக்கியிருக்கிறார்களாம்!

2. பிறப்பதற்கு முன்பே கூட சிசு அழுவது உண்டாமே? ஆம். பெரும்பாலான டாக்டர்கள் இது முடியாது என்று நினைக்கிறார்கள். ஆனால் விதி விலக்கான கேஸ்களும் உண்டு. இங்கிலாந்தில் நான்ட்விச் என்ற ஊரில், ஸ்ரீமதி அன்னுவார் ஹாம் என்ற 24 வயதுப் பெண், வயிற்றில் இருக்கும் போதே, தன் குழந்தை அழத் தொடங்கியதாகவும், அதைத் தானே காதால் கேட்டதாகவும் கூறினாள். அவளுடைய டாக்டரும் குழந்தையின் அழுகையைக் கேட்டதாகச் சொன்னார். அடுத்த நாள் தான், ஏழரைப் பவுண்டு எடையுள்ள பெண் குழந்தை அவளுக்குப் பிறந்தது, கத்திக் கொண்டே.

3. அழுவதால் சித்தப்பிரமை சரியாகும் — சரியா, தப்பா? சரியே. அடைத்து வைக்கப்பட்ட உணர்ச்சிகளை வெளிப் படுத்தி அழும்படி செய்வதற்காக டாக்டர்கள் ஒரு பிரத்தியேக சிகிச்சை செய்கிறார்கள்.. அதற்கு, 'அப்ரியாக்ஷன்' என்று பெயர்.

   நோயாளியின் நினைவுகளைத் தூண்டி அவருடைய கவலைகள் என்னென்ன என்பதை அவரே வாய் விட்டுக் கூறும்படி செய்வதே இந்த சிகிச்சை முறை. பேசும் போதே நோயாளி அழ ஆரம்பித்து கண்ணீர் பெருக்குவார். அவ்வளவுக்கவ்வளவு அது நல்லதாம்.

4. கண்ணீர் விட்டு அழுவதால் அழகு குறையும். சரியா, தப்பா? தப்பு. பார்க்கப் போனல் அழகை அதிகரிக்கச் செய்ய, அழுவதும் ஒரு சிறந்த சாதனம். கண்ணீர் உங்கள் கண்களை நன்றாகக் கழுவி விடுகின்றன. அதி

லுள்ள உப்பு, அழுக்குகளைப்போக்கும் கிருமி நாசினியாகப் பயன்படுகிறது.

5. ஆண்களைக் காட்டிலும் பெண்கள் தாம் அதிகமாக அழுகிறார்கள், சரியா? சரி. இரண்டு அமெரிக்க விஞ்ஞானிகள் ஒரு 'கண்ணீர் சோதனை' நடத்தினார்கள். அவர்களது முடிவின் படி 15 லிருந்து 29 வயது வரை உள்ள பெண்கள் அதே வயதுள்ள ஆண்களை விட 33 சதவிகிதம் அதிகமாய்க் கண்ணீர் சிந்துகிறார்கள் என்று தெரிய வந்தது. முப்பது வயதுக்குப் பிறகு அறுபது வயது வரை ஆண்கள், பெண்கள் இருவரும் ஒரே அளவில் கண்ணீர்சிந்துகிறார்கள். அறுபது வயதுக்கு மேல் ஆண்கள் பெண்களைக் காட்டிலும் அதிகக் கண்ணீர் விடுகிறார்கள்.

6. கிருமிகளைக் கண்ணீர் கொல்லும் — சரியா, தப்பா? சரிதான். ஒரு காலன் தண்ணீரில் ஒரு சொட்டுக் கண்ணீர்த் துளியை விட்டால் அது சில வகை பாக்டீரியாக்களைக் கொல்வதைக் கண்டுபிடித்துள்ளனர். கிருமிகளைக் கொல்லும் அந்த அம்சத்துக்குப்பெயர் 'லைசோஸிம்' என்கிறார்கள். பல மடங்கு தண்ணீரில் கலந்த பின்னர் கூட இந்த 'லைசோஸிம்' நல்ல வீரியத்துடன் இருக்கிறதாம்!

7. எப்போதும் கண்ணீர் ஒரே மாதிரியானதுதான், உண்மையா?

இல்லை. கண்ணீருக்குக் கண்ணீர் சந்தர்ப்பம், சூழ்நிலையைப் பொறுத்து வித்தியாசமாக இருக்கும்.

வெங்காயத்தை நறுக்கும் போது வடிக்கும் கண்ணீருக்கும், துக்கத்தில் இருக்கும் போது வடிக்கும் கண்ணீருக்கும், ஆனந்தத்தில் இருக்கும் போது வடிக்கும் ஆனந்தக் கண்ணீருக்கும் ஏகப்பட்ட வித்தியாசம் உண்டாம். இன்னும் சொல்லப் போனால், சிறுநீர், ரத்தப் பரிசோதனை போல கண்ணீரைப் பரிசோதனை செய்து ஒரு நோயாளியின் நோயைக் கூடக் கண்டு பிடிக்க முடியும் என்கிறார்கள் விஞ்ஞானிகள்.

— லக்ஷ்மி ராமன்

வருடாந்திரத்துக்கு தக்காளித் தொக்கு

தேவையான பொருட்கள்:

தக்காளி 1 கிலோ	புளி ¼ கிலோ
பூண்டு 100 கிராம்	மிளகாய்ப் பொடி 100 கிராம்
மஞ்சள் பொடி 1 ஸ்பூன்	உப்புப் பொடி தேவையானது
நல்லெண்ணெய் ¼ கிலோ	கறிவேப்பிலை 1 பிடி இலை

செய்முறை:

முதலில் புளியைக் கொட்டை, கோது, நார் எதுவுமில்லாமல் சுத்தப்படுத்திக் கொள்ளவும். அடி கனமுள்ள கச்சாப் பாத்திரத்தில் அல்லது பெரிய வாணலியில் சிறிது எண்ணெய் விட்டுத் தக்காளியை நறுக்கிப் போட்டுத் தண்ணீரே சிறிதும் விடாமல் வதக்கவும். வதக்கும்போது அதில் விடும் தக்காளிச் சாற்றில் சுத்தம் செய்த புளியையும் சேர்த்து வதக்கி வேக விட வேண்டும். புளிக்கு நீர் தேவையில்லை.

பூண்டை உரித்துக் கொண்டு, தக்காளி + புளிக் கலவையை ஆறவிட்டு பூண்டுடன் உப்பும் சேர்த்து ஆட்டுக் கல்லில் நைஸாக, நீர் விடாமல் கெட்டியாக அரைக்கவும்.

பிறகு வாணலியில் எண்ணெய் முழுவதையும் விட்டு, கறிவேப்பிலை (உலர்ந்தது) போட்டு வறுத்து அரைத்த விழுது, மஞ்சள் பொடி, மிளகாய்ப் பொடி இவற்றையும் சேர்த்து, நன்கு கிளற வேண்டும். கெட்டியான தொக்கு தயார். ஆறிய பின் பாட்டிலைச் சுத்தம் செய்து, துடைத்த பின் நிரப்பி வைக்கவும். நீர் இல்லாமல் எண்ணெயில் இருப்பதால் கெடாது.

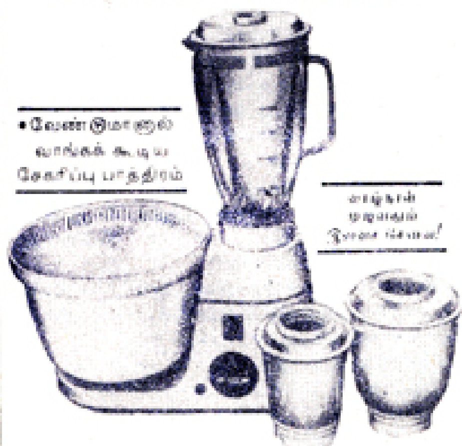
இதைச் சாதத்தில் கலந்தும், டிபனுக்குத் தொட்டுக் கொள்ளவும் உபயோகிக்கலாம்.



— ஜயலக்ஷ்மி

"என் சமையல் திறன் வளர
உதவியது கோபி"

GOPI
Kitchen Machine



"சமையலறையில் எனக்கு வேண்டிய எல்லா உதவிகளையும் செய்கிறது கோபி. என தெரியுமா?

கோபி மெஷினுடன் நவீன தொழில் நுட்பத்தையும், எந்தவிதக் கூடுதல் செலவின்றி, ஒன்றல்ல மூன்று ஜாடிகளும் கிடைக்கின்றது.

ஆகவே ப்ளெண்டிங், ட்ரை க்ரைண்டிங், வெட் க்ரைண்டிங், அல்லது எது வேண்டுமானாலும் கோபியில் மட்டுமே நொடிகளில் செய்ய முடியும். கூர்மையான பிளேடுகளைக் கையாளுதல் போன்ற தொல்லை எதுவும் இல்லை.

ஒவ்வொரு ஜாடியையும் தனித் தனியாக உபயோகிக்கலாம். அவற்றை தனித் தனியாக வாங்க வேண்டிய அவசியமில்லை. அதனால் எவ்வளவு பணம் மிச்சப்படுகிறது தெரியுமா?

கோபி மெஷின் மிகவும் சிறந்தது. உங்களுக்கு ஆயுள் முழுவதும் இலவசச் சேவையும் கிடைக்கின்றது.

ஒரு பெண்ணுக்கு இதைவிட வேறென்ன வேண்டும்? கோபி இருக்கும்போது நான் சமையல் கலை வல்லுனராகவே உணர்கிறேன்"

கோபியை இப்பொழுது உங்களுக்கு 'தெர்மாகோல்' பேக்கிங்குடன் அளிக்கின்றோம். தெர்மாக்கோல்பேக்கிங்கை 1) ஹாட்கேஸ் 2) ஐஸ் பாக்ஸ் 3) பிக்னிக் கேஸ் ஆக உபயோகிக்கலாம்.

அரிய சிறப்பு இணைப்புகள்


மென் வடிப்பு சாதனம்


உலர் அரவை


மாமிசம் கொத்தி


சீவல் மற்றும் பொடித்தல் சாதனம்


சாறுபிழி சாதனம்

கர்நாடகா, ஆந்திரா மற்றும் தமிழ்நாட்டிற்கு விநியோகஸ்தர்கள்.

திரிப்தா மார்கேட்டிங் பி. லிட்.,
139, பாரதி சாலை (பைகிராப்ட்ஸ் ரோடு)
சென்னை. போன் : 88599
பெங்களூர் போன் : 563322 ஹைதராபாத் போன் : 231724


மாவு பிசை சாதனம்

குங்குமம் சேர்க்கையில்...

7

"என்னுடைய அப்பா!" நாக்கு நுனி வரை வந்துவிட்ட சொற்களை வலுக்கட்டாயமாக அழுத்தி முழுங்கியவள், "நான் சின்னப் பெண். என்னைப் போய் 'நீங்க' 'வாங்க'ன்னு எல்லாம் கூப்பிட வேண்டாம். வயதில பெரியவர்கள் நீங்கள். உரிமையோடு உமா என்றே கூப்பிடலாமே" என்று கூறிவிட்டு அவளைக்கூர்ந்துபார்த்துக்கொண்டே, "அந்த போட்டோவில் இருப்பவர் என் உயிர் சிநேகிதியின் தந்தை. நாங்கள் எல்லாம் ஒரே வீட்டில் குடி இருந்தோம் ஒரு காலத்தில். அப்போது என்னையும் தன் பெண் மாதிரியே ஆசையுடன் நடத்துவார். எனக்கு ஐந்து வயதாக இருக்கும்போது அவருக்கு வடக்கே எங்கேயோ மாற்றலாகிப்போய்விட்டார். அவர் ஞாபகமாக இந்த போட்டோவை பத்திரமாக வைத்திருக்கிறேன்." ஒரு பெரிய பொய்யை சூழ்நிலை காரணமாக பலவந்தமாகச் சொல்லிவிட்டு மனதிற்குள் ஆண்டவனிடம் அதற்காக மன்னிப்பும் கேட்டாள் உமா.

"ஓஹோ அப்படியா!" என்று மெல்லிய குரலில் கேட்டுவிட்டு சிறிது சிந்தித்த ஈஸ்வரி, "உன் சிநேகிதிக்கும் இப்போது உன் வயது இருக்கும் இல்லையா?" என்றாள்.

ஆமாம் என்று தலையாட்டினாள் உமா. அதற்கு மேல் ஈஸ்வரி ஒன்றும் பேசவில்லை. இவ்வளவு பெரிய பெண்ணை பெற்று வைத்துக் கொண்டிருப்பவரிடம் இப்போது போய் திடீரென்று என்னை ஏற்றுக் கொள் என்றால் அது நடக்கிற காரியமா? எவ்வளவு அசிங்கம்? அவருக்குத்தான் என்னை நினைவிருக்கும் என்பது என்ன நிச்சயம்? இந்தப் பெண்ணுக்கு ஹரியை விட அதிக வயது இருக்கும் போல் தெரிகிறதே. அப்படியானால் அந்த ஊருக்கு வருவதற்கு முன்பே அவளுக்குத் திருமணமாகி குழந்தையும் இருந்திருக்க வேண்டும். ஆண்டவா! அந்த நிலையிலா அவர் என்னை அடைந்தார்? பின் எப்படி அவரிடம் நியாயத்தை எதிர்பார்க்க முடியும்? அதுதான் சொல்லிக் கொள்ளாமல் ஓடியிருக்கிறார். இத்தனை வருடம் கழித்து உமா மூலம் மறுபடியும் அவரைக் கண்டு பிடிப்பது ஒன்றும் சிரமமில்லை. ஆனால் உலகத்தின் கேலிப் பேச்சுக்கு அவரை எப்படி ஆளாக்க முடியும்?

அவளைப் பொறுத்தவரை அவள் கணவன் அவளைக் கொடுமைப்படுத்தி இரண்டு குழந்தைகளுடன் நடுத் தெருவில் விட்டு விட்டு ஓடிப் போனவன். பிழைப்புத் தேடி குழந்தைகளுடன் பட்டணம் வந்திருக்கிறாள். இதையேதான் எல்லாரிடமும் சொல்லிக் கொண்டு வருகிறாள்.

இப்படியே இருபது வருடம் வாழ்ந்தாயிற்று. இனிமேல் என்ன புதுசாக துலங்க வேண்டியிருக்கிறது?" என்று நினைத்து விரக்தியுடன் சிரித்தாள்.

கன்னத்தில் கையை வைத்துக் கொண்டு சிந்தனையில் ஆழ்ந்திருந்தவளைப் பார்க்கப் பரிதாபமாயிருந்தது உமாவுக்கு.

அந்த ஈஸ்வரி இவள்தான் என்பது சந்தேகத்துக்கு இடமின்றி தெளிவாகிவிட்டது. ஹரி என் தம்பி! அவளுக்கு மனது துடித்தது. அந்தத் தாயின் கண்ணீரைத் துடைத்து என் அப்பாதான் ஹரியின் அப்பா. உங்கள் கஷ்டமெல்லாம் தீர்ந்துவிட்டது. கவலைப்படாதீர்கள் என்று கூற வேண்டும் போல் இருந்தது. கூறிவிடலாம்தான். ஆனால் அதனால் விளையப் போகும் விபரீதங்களைப் பற்றி முதல் நாள் இரவே யோசித்திருந்தாள்.

திடீரென்று தனக்குத் தெரியப் போகும் உண்மையை வெளியே சொன்னால் அதனால் ஒரு பெரிய பூகம்பமே நிகழும். ஆசை மகளுக்குத் தன் வாழ்வின் அசிங்கமான அந்தரங்கம் தெரிந்துவிட்டதே என்று அவள் முகத்தில் விழிக்க முடியாமல் அப்பா கூனிக் குறுகிப் போய்விடுவார். அந்த கம்பீரமான தேகம் ஒடுங்கிப் போவதை அவளால் அனுமதிக்கவே முடியாது.

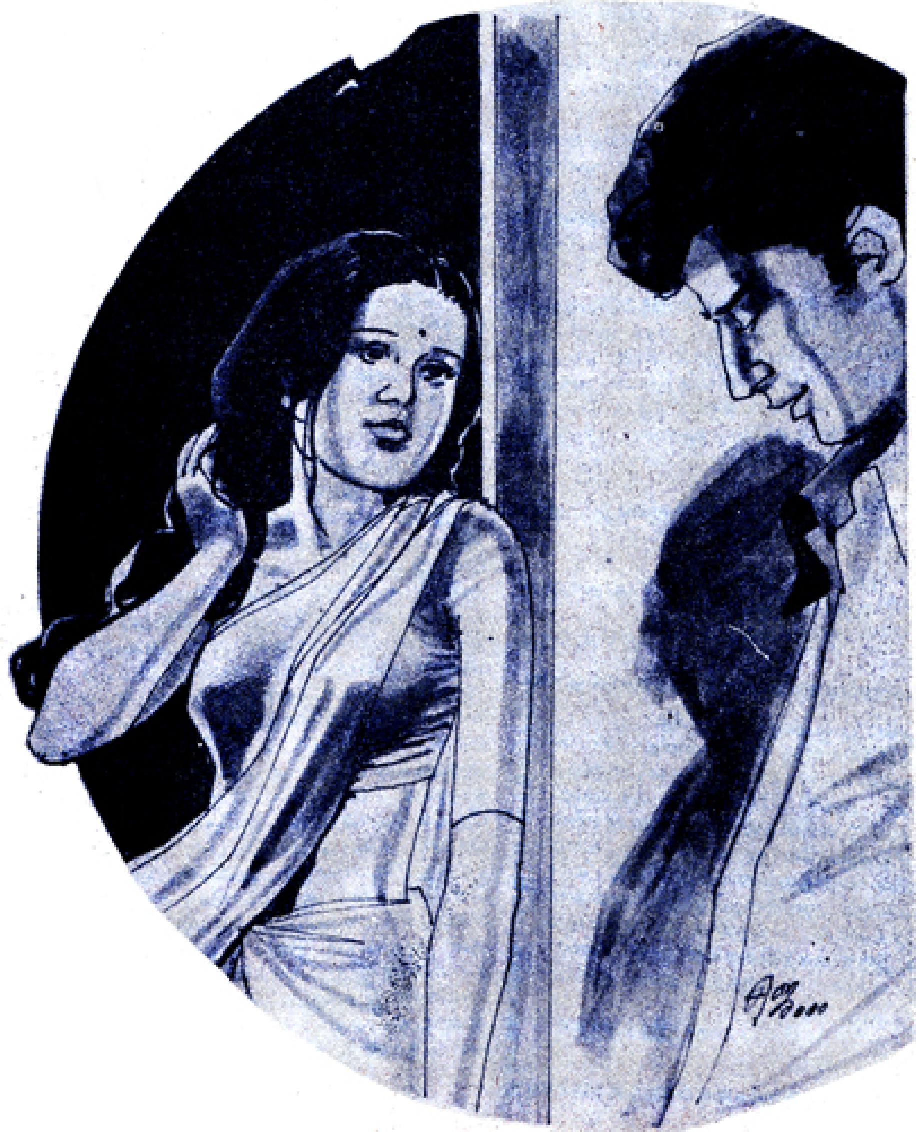
வித்யா சுப்ரமணியம்

தெளிந்த நீரோடையாய். ஓடிக் கொண்டிருக்கும் அம்மாவின் குடும்ப வாழ்க்கை புயலில் சிக்கின பூவைப் போல் ஆகிவிடும். இத்தனை வயதுக்குப் பிறகு இப்படி ஒரு செய்தியை அவளால் தாங்கிக் கொள்ளவே முடியாது. ஆடிப் போய்விடுவாள்.

இதெல்லாம் விட பெரிய விபரீதம் ஹரியின் சிநேகம் அறுந்துவிடும் என்பதுதான். தன் தந்தைதான் அவன் தாய் வாழ்க்கையை ஒன்றுமில்லாமல் செய்துவிட்டவர் என்பது தெரிந்தால் அவன் ஆத்திரத்தின் உச்சிக்கே போய்விடுவான். அதன் முதல் தாக்குதலை தன் மீதுதான் திருப்புவான். முதலில் தன்னைத்தான் வெறுத்து ஒதுக்குவான் இதை அவளால் தாங்க முடியாது.

இத்தனை வருடம் கழித்து வெளியாகும் இந்த உண்மையால் எத்தனையோ உள்ளங்களின் நிம்மதி பறிக்கப்படலாம். அதைவிட அந்த உண்மை வெளிப்படாமலே இருந்து விடுவதுதான் நல்லது. இதை தன் மனத்தின் அடியில் போட்டு மூடி விடுவதே சிறந்தது என்ற முடிவுக்கு வந்தாள் உமா.

ஆனால் ஒரு தந்தையின் கடன்களை அடைக்க ஒரு மகனுக்கு எப்படி உரிமையும் கடமையும் உண்டோ அதே போல் அவர் செய்த பாவத்திற்குப் பரிகாரம் செய்யும் கடமையும் மகனுக்கு உண்டு. அப்பாவுக்கு மகன் மகள் எல்லாம் நான்தானே. எனவே



அந்தக் கடமை எனக்குண்டு. ரகசியத்தை மட்டும் மறைத்து வைப்பேனே தவிர கடமையைத் தொடர்ந்து செய்ய வேண்டும்.

இனியும் இதைப் பற்றி யோசிக்காமல் ஹரியின் குடும்பத்தை நல்வழியில் நடத்தி முன்னுக்குக் கொண்டு வர வேண்டும். இதனால் எத்தனை கஷ்டங்கள் வந்தாலும் தாங்கிக் கொள்ளத் தயாராக இருக்க வேண்டும் என்று உமா உறுதி எடுத்துக் கொண்டாள்.

''மேடம் ஹார்லிக்ஸ்'' ஹரி இரண்டு மூன்று முறை கூப்பிட்ட பிறகுதான் அவள் சிந்தனை கலைந்தது.

''தேங்க்யூ ஹரி. அப்போ நான் கிளம்பறேம்மா'' என்று கூறினவள் அந்த ஹார்லிக்ஸ் பாட்டிலில் ஒன்றை எடுத்து ஈஸ்வரியிடம் கொடுத்துவிட்டு ஹரியைப் பார்த்து "அம்மாவுக்கு இதைத்தினம்கரைச்சுக்கொடுக்கச் சொல்லு ஹரி. கொஞ்சம் தெம்பா இருக்கும்'' என்றாள்.

என்னம்மா இது? எதற்கு இதெல்லாம் ஈஸ்வரி பதற்றத்துடன் மறுத்தாள். ஒன்றும் பேசாமல் இதை பெற்றுக் கொள்ளத்தான் வேண்டும்என்கிறபாவனையில்சிரித்துவிட்டு புறப்பட்டாள் உமா. ஹரி பஸ் ஸ்டாண்ட் வரை வந்தான்.

மறுநாள் காலை ஐந்து மணிக்கெல்லாம் திருவேற்காடு கிளம்பிவிட்டான் ஹரி. ஏற்கெனவே, வேலை கிடைத்தால் மாலை சார்த்துவதாக வேண்டிக் கொண்டிருந்தான். ஈஸ்வரி சமையல் வேலையைக் கவனித்துக் கொண்டிருந்தாள். சித்ரா ஷார்ட் ஹாண்ட் பிராக்டிஸில் மூழ்கியிருந்தாள்.

''மாமி.''

வாசலில் யாரோ அழைக்கவே இரண்டு பேரும் எட்டிப் பார்த்தார்கள்.

முரளி!

''வாப்பா, முரளி, அம்மா ஏதானும் சொல்லி அனுப்பினாளா?''

''ஆமாம் மாமி. ஹைகோர்ட் ஜட்ஜ் சுந்தரேசன் ஆத்துக்கு நாளைக்குப் போகணுமாம். இந்த லிஸ்ட்டை உங்ககிட்ட குடுத்துட்டு வரச் சொன்னா.''

என்ன விசேஷமாம். லிஸ்ட்டை வாங்கிப் படித்துப் பார்த்தாள். அந்த நேரத்தில் அவன் பார்வை அவசியமில்லாமல் சித்ராவின் பக்கம் போய் போய்த் திரும்பியது.

"சீமந்தமாம். ரெண்டு நாளைக்குப் போக வேண்டியிருக்கும்னு சொல்லச் சொன்னா. முதல் நாள் போய் சீமந்த பட்சணம் பண்ணணுமாம். மறுநாளைக்கு சீமந்தம். சமைக்கணுமாம்!

"அதுக்கென்ன போனாப் போச்சு. சாமானெல்லாம் வாங்கி வெச்சுட்டாளாமா?"

''ஓ! அம்மா நேத்திக்கே சாமான் லிஸ்ட் போட்டுக் குடுத்துட்டாளாம். அதனால ரெடியாத்தான் இருக்கும். இந்த லிஸ்ட் பிரகாரம் பட்சணமும் சமையலும் பண்ணணும்னு சொன்னா.''

''சரி நா கண்டிப்பா போறேன்னு சொல்லு.ஏதானம்சாப்பிடறயா?முரளிக்குக் கொஞ்சம் காப்பி கலந்துண்டு வா சித்ரா.''

''வேண்டாம் மாமி. நான் வரேன்.'' தயங்கின முரளி சித்ராவைப் பார்த்து, ''டைப் ரைட்டிங் எக்ஸாம் போறயா? எப்போ?'' என்றான்.

''அதுக்கு இன்னும் நாலு மாசம் இருக்கே'' கிண்டல் தெறிக்கும் குரலில் பதில் சொன்னாள் சித்ரா. அவன் தன்னிடம் இந்தக் கேள்வியை கேட்டிருக்க வேண்டிய அவசியமே இல்லை என்று தோன்றியது அவளுக்கு.

அசடு வழிய சிரித்துக் கொண்டு போய் விட்டான் முரளி.

இந்த முரளி தன் கிட்ட மட்டும் ஏன் இப்படி வழியறான்? பார்த்தால் சாதுவாட்டம் இருக்கான். ஆனால் பஸ் ஸ்டாண்டில் நண்பர்களோடு சேர்ந்து பெண்களைக் கிண்டல் செய்வதாக தோழிகள் நிறைய தடவைச் சொல்லக் கேட்டிருக்கிறாள். அதைப் பற்றி அவன் அம்மா சம்பா மாமியிடமே சொல்லி அவனைக் கொஞ்சம் அசடு வழிய வைக்கலாமா என்று நினைத்தாள். பிறகு ச்சீ பாவம் மாமி. பிள்ளையிடம் அமோக நம்பிக்கை அவளுக்கு. சாட்சாத்ராமனே,பிள்ளை முரளி வடிவில் அவதாரமாகியிருப்பதாக பெருமை பீத்திக் கொள்வாள். இதெல்லாம் சொன்னா பாவம் கஷ்டப்பட்டுப்பா. நமக்கென்ன வந்தது?பொம்மனாட்டியகிண்டல்பண்ணினா கெட்டவாளா ஆய்டுவாளா என்ன? இவா கிண்டல் பண்ணும்படியா அதுகள் வந்திருக்கும். அதுக்கும் இவா என்ன பண்ணுவா. ச்சீ என்ன இது? அவன் போய் பத்து நிமிஷமாயாச்சு. இன்னும் அவனைப்பத்தியே நினைச்சுண்டிருக்கேன்? பட்டென்று தலையில் அடித்துக் கொண்டு சிரித்துக் கொண்டாள்.

மறுநாள் காலை ஏழு மணிக்கெல்லாம் சமையலை முடித்துவிட்டு ஜட்ஜ் வீட்டுக்குக்

உங்கள் குழந்தைக்கு
அளியுங்கள் ஸெரிலாக் அனுகூலம்

திட உணவின் முதற் சுவையிலிருந்தே.

நான்கு மாதங்கள் ஆகும் பொழுது உங்கள் குழந்தைக்கு பாலுடன் கூட திட உணவும் தேவை. அவனுக்கு ஸெரிலாக்கின் அனுகூலங்களைப் புகட்ட இதுவே உகந்த வேளை.

போஷாக்கு அனுகூலம்: ஒவ்வொரு தடவை ஸெரிலாக் ஊட்டும் பொழுதும் உங்கள் குழந்தைக்குத் தேவையான புரத சத்து, கார்போஹைட்ரேட், கொழுப்பு, வைட்டமின் மற்றும் தாது ஆகிய எல்லா போஷாக்கு சத்துக்களும் அவனுக்கு கிடைக்கின்றன. அனைத்தும் குழந்தையின் விசேஷ தேவைக்கு ஏற்றபடி சரியான விகிதத்தில் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளன.

சுவையில் அனுகூலம்: ஸெரிலாக் நலம் தரும் போஷாக்குடன் நல்ல சுவையும் கொண்டது. ஸெரிலாக் சுவை என்றாலே குழந்தைகளுக்கு கொள்ளை ஆசை.

தயாரிப்பதில் அனுகூலம் : ஸெரிலாக் குழந்தை உண்ப தற்கேற்ப முன்கூட்டியே பதமாக்கப்பட்டுள்ளது. கொதிக்கவைத்து ஆறிய வெது வெதுப்பான நீரில் கலந்தால் போதும். நொடியில் தயார் ஸெரிலாக் உணவு.

உங்கள் குழந்தைக்கு சரியான விகித சத்து கிடைக்கவும், சுகாதார முறையில் கலக்கவும், டின்னில் தரப்பட்டுள்ள குறிப்புகளை தயவு செய்து பின்பற்றுங்கள்.

இலவச ஸெரிலாக் புத்தகம் பெற
இம்முகவரிக்கு எழுதவும் :
ஸெரிலாக்,
தபால் பெட்டி எண் : 3
புது டில்லி 110 008.





ஸெரிலாக் பராமரிப்பு: முழுமையான போஷாக்கு, சிறப்பான சுவை

“ எனக்கு ரொம்ப பிடிச்ச ருசி .... எல்விடி ”

LVT

Glucose BISCUITS
LVT
Glucose
BISCUITS

எல்விடி
குளுக்கோஸ்
சுவைக்கச் சிறந்த இனிப்பு.
ஊட்டமான விருந்து.

LVT
MARIE

எல்விடி மாரி
அதிகம் இனிப்பு
இல்லை. காப்பியுடனும்
சுவைக்க ஏற்றது.

PICK-ME
SALTED BISCUITS

எல்விடி பிக்.மி.
முறுமுறுப்பான உப்பின் சுவை

PNOCH

எல்விடி டாப்நாச்—
ஏலக்காய் க்ரீம் பிஸ்கெட்.
ஆரஞ்சு மற்றும்
அன்னாசிப் பழ ருசியிலும்.

“பால் இது போல் ருசியாயிருந்ததில்லை”

Rich Bite

Rich Bite
MILK BISCUITS

“ப்பப்பபாபால்!”

LVT

LVT பிஸ்கெட் தயாரிப்பாளர்கள்.

எல்விடி பிராடக்ட்ஸ், ஹுப்ளி-580 030

Imageads/LVT 8610

கிளம்பி விட்டாள் ஈஸ்வரி. ஹரியும் குளித்து சாப்பிட்டுவிட்டுப் போனதும் அவளும் இன்ஸ்டிடியூட்டுக்குக் கிளம்பினாள்.

ஒன்பது மணியிலிருந்து பதினொரு மணி வரை கிளாஸ். ஒருநாள் லீவு போட்டால் என்ன? என்று திடீரென்று தோன்றியது. டயர்டாக இருந்தது. நிசப்தமாக இருந்த வீட்டில் எல்லாக் கதவையும் சாத்திக் கொண்டு ஃபுல் ஸ்பீடில் ஃபேனை ஓட விட்டுக் கொண்டு தூங்கினால் சுகமாக இருக்கும் என்று நினைத்தாள். வயிறு நிறைய சாப்பிட்டதால் உண்ட மயக்கம்! லொங்கு லொங்கென்று அரை மணி நேரம் வெயிலில் நடந்து கிளாஸிற்குப் போய் மறுபடியும் பன்னிரெண்டு மணி வெயிலில் திரும்பி வரும் தண்டனையிலிருந்து தப்பி ஒரு நாளாவது நிம்மதியாய்த் தூங்க வேண்டும், என்று நினைத்தவுடன் கையில் சுருட்டி எடுத்துக் கொண்ட பேப்பர், நோட்டு புக், பென்ஸில் எல்லாவற்றையும் மறுபடியும் எடுத்த இடத்திலேயே வைத்துவிட்டு ஃபேனுக்கடியில் ஈஸிச் சேரை இழுத்துப் போட்டுப் பொத்தென்று சாய்ந்து கொண்டு கண்ணை மூடினாள்.

ஏனோ கண்ணுக்குள் முரளி வந்து போனான். ச்சீ! சட்டென்று தன்னையே திட்டிக் கொண்டு கண்ணைத் திறந்தவள், திகைத்தாள். வாசலில் நிற்பது.... சாட்சாத் முரளியேதான். ஆயுசு நூறு உனக்கு என்று நினைத்துக் கொண்டே அவனையே பார்த்தாள்.

''என்ன சித்ரா? அப்படி பார்க்கற? உள்ள கூட கூப்பிடாமல்?'' என்றான்.

''கூப்பிடணுமா? வர வேண்டியதுதானே'' என்றாள் அலட்சியமாக.

அவன் உள்ளே வந்தான்.

''ஆமாம் இப்போ எங்க இந்தப் பக்கம்?'' ஒரு மாதிரியாகப் பார்த்தாள் அவனை.

''ஒண்ணுமில்லையே. ஆபீஸுக்குத்தான் போயிண்டிருக்கேன். நீ கிளாஸுக்கு போயிருப்பேன்னு நெனச்சா, வீடு திறந்திருந்தது. என்னன்னு எட்டிப் பார்த்தேன்.''

பொய் சொல்றான்! நல்லாவே பொய் சொல்றான். ஆபீஸுக்கா போயிண்டிருக்கான்? தலையைச் சுத்திண்டு மூக்கைத் தொடற மாதிரி. அவாத்துக்கு அந்தப் பக்கத்துல பஸ் ஏறி நேரா ஆபீஸ் வாசல்ல இறங்கறத விட்டுட்டு, எதுக்கு இப்படி வந்து வேறே ஏதோ பஸ் ஏறி ஆபீஸுக்கு அடுத்த தெருவுல எறங்கி நடக்கணுமாம்? சும்மா அளக்கறான். அவனுக்கு இங்க வரணும். அம்மா இருக்க மாட்டான்னு தெரியும். எங்கிட்ட பேசணும்னு பிளான் போட்டுண்டே நான் கிளம்பறதுக்கு முந்தி வந்திருக்கான். இவனைக் கொஞ்சம் அழ விட்டு வேடிக்கைப் பார்த்தால் என்ன?

ஏதோ தீர்க்கமாக யோசித்தபடி தன்னையே பார்த்த அவள் கண்களை சந்திக்க முடியாமல் தலை குனிந்து கொண்டான் முரளி. ''நம் அசட்டுத்தனத்தைப் புரிந்து கொண்டிருப்பாளோ? இப்படி நினைத்தவன், ''என்ன யோசனை சித்ரா?'' சட்டென்று கேட்டுவிட்டான்.

''ம்! ஒண்ணுமில்லே. அம்மாவே உங்காத்துக்கு என்னைப் போகச் சொன்னா. நீயே அதுக்குள்ள வந்துட்ட''.

''எதுக்கு?''

''அவளுக்கு திடீர்னு உடம்பு முடியலையாம். ஜட்ஜாத்துக்கு வேறே யாரையாவது அனுப்பிடச் சொல்லி சொல்லிட்டு வரச் சொன்னா.''

''என்னது அம்மா வேலைக்குப் போகலையா? அப்ப உள்ளதான் இருக்காளா?'' திடீரென்று அவன் முகம் வெளிறியது. என்னென்ன எல்லாம் பேச வேண்டும் என்று திட்டம் போட்டுக் கொண்டு வந்தான். அத்தனையும் பாழ். அசடு வழிந்தது அவனுக்கு.

திடீரென்று அவன் முகம் அஷ்ட கோணலாக மாறியதைப் பார்த்து அவளுக்குச் சிரிப்பு வந்தது. கஷ்டப்பட்டு அடக்கிக் கொண்டாள்.

''சரி, நான் அம்மாகிட்ட விஷயத்தைச் சொல்லிட்டு ஆபீஸுக்கு அரை மணி லேட்டாவே போறேன்'' திரும்பி நடந்தவனைப் பார்த்து பக்கென்று சிரித்து விட்டாள்.

அதிர்ந்து போய்த் திரும்பிப் பார்த்தான். ''சிரிக்கிறாளே, ஒருவேளை ஏமாத்தறாளா? ச்சே, சரியான மடையன் நான். ஈஸ்வரி மாமியாவது அப்படிச் சொல்றதாவது? அதுவும் கடைசி நேரத்துல! நம்பிட்டோமே. அசடு வழியச் சிரித்தான்.

அடுத்த கணம் அந்தக் கூடம் பூராவும் சிரிப்பலைகள் பரவின. கண்களில் நீர் வரச் சிரித்துத் தீர்த்தார்கள்.

''ஆனாலும் நீ ரொம்ப மோசம் சித்ரா. ஒரு நிமிஷத்துல என்னை பயமுறுத்திட்டயே.''

''அப்பன்னா நீ ஏதோ கெட்ட எண்ணத்தோடதான் இங்க வந்திருக்க இல்லே?''

அவன் சட்டென்று மௌனமானான். பிறகு, ''அப்படியெல்லாம் இல்லே. ஆனா

சனியன் பாகல்! பழுத்துவிட்டதே! என்று அலுக்காதீர்கள். அருமையான பொடி ரெடி. பாகலை வெயிலில் காய வைத்துவிடுங்கள். வாணலியில் எண்ணெய் விட்டுப் பெருங்காயம், உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு, மிளகாய் வற்றல் ஆகியவற்றை வறுத்துக் கொள்ளவும். மிக்ஸியில் பொடி செய்து வைத்துக் கொண்டு, சாதத்தில் பிசைந்து சாப்பிடலாம்.

சித்ரா.

நீ என்னைப் பத்தி என்ன நினைக்கறே சித்ரா?''

''நான் எதுக்கு உன்னைப் பத்தி நினைக்கணும்?''

''அப்படின்னு நீ என்னைப் பத்தி நினைச்சதே இல்லையா?''

''ஏன்? இல்லே!

''என்ன சித்ரா நீ விளையாடறே?''

சித்ரா சிரித்துவிட்டு, ''உன்னைப் பத்தி தானே? நான் என்ன நினைக்கறேன். எனக்கு என்ன தெரியும்னு சொல்லட்டுமா?''

முரளி ஆவலுடன் நோக்கினான்.

சிறிது நேரம் பேசாமல் இருந்தவள், பிறகு தயங்கியபடி வந்து, முரளி...'' என்றாள்.

''சொல்லு சித்ரா'' என்று பரபரத்தான் முரளி.

''ஒண்ணுமில்லே உனக்கு ஆபீஸுக்கு மணியாயிடுத்தேன்னு சொல்ல வந்தேன்.''

அவன் முகம் தொங்கிப் போனதைப் பார்த்து உள்ளுக்குள் சிரித்துக் கொண்டவள், ''நீ அரை நாள் லீவு எடுத்துண்டிருக்கே இல்லே?'' என்றாள்.

''ஆமாம்'' என்றான் வெட்கத்துடன்.

''அப்போ சொல்றேன் கேட்டுக்கோ,'' என்று அவனைப் பற்றிச் சொல்ல ஆரம்பித்தாள்.

(தொடரும்)

சங்கிலித் தரம்?



சமீபத்தில் பிரசித்தி பெற்ற பம்பாய் நகைக் கடையில் தங்கச் சங்கிலி வாங்கினேன். வாங்கின ஒரு மாதத்தில் அதன் நிறம் மாறி நல்ல சிவப்பாக மாறிவிட்டது. உடனே அந்தக் கடையில் சங்கிலியை எடுத்துச் சென்று காண்பித்தேன்.

கூலியைக் குறைத்துக் கொண்டு சங்கிலிக்கான பணத்தை திருப்பித் தந்தார் கடையின் நிர்வாகி. அந்த நகைக் கூலியைக் குறைக்கக் கூடாது என்று வாதாடினேன் நான். நான் எத்தனையோ எடுத்துச் சொல்லியும் நகைக் கூலியை திருப்பித் தர மறுத்துவிட்டார் அந்த நிர்வாகி.

நான் ஏமாற்றப்பட்டதாக உணர்ந்தேன். தரம் குறைந்த தங்கச் சங்கிலியை எனக்கு விற்று அதற்கான கூலியை என்னிடம் வசூலிப்பது நியாயமாகப் படவில்லை.

இதைப் பற்றி **'Council For Fair Business Practices'** என்ற அமைப்பிற்கு எழுதினேன். நான் சொல்வது சரிதான்; நகைக் கூலியைத் திருப்பித் தருவதுதான் நியாயம் என்று அவர்கள் நகைக் கடைக்கு ஒரு கடிதம் எழுதி அதன் ஒரு பிரதியை எனக்கு அனுப்பி வைத்தார்கள்.

சில நாட்களில் நகைக் கூலிக்கான பணம் எனக்கு வந்து சேர்ந்தது.

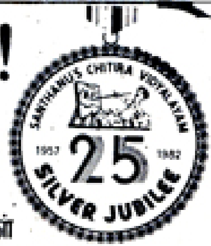
இது போல் பல அமைப்புக்கள் பொது மக்களுக்கு உதவுவதாக அறிகிறேன்.

— காமாட்சி சந்திரசேகர், பம்பாய்—71.

(உங்கள் ஊரில் இது போன்ற உதவும் நிறுவனங்கள் இருந்தால் எழுதுங்கள். மற்றவர்களுக்கும் உபயோகமாக இருக்கும்.

(ஆ.ர்.)

தபால் மூலம் சித்திரக்கலை !





படம் வரைய,
வர்ணம் தீட்ட வேண்டுமா?

28 வருடங்களுக்கும் மேலாக, தங்கள் நம்பிக்கைக்கும், திறமைக்கும் பெயர் பெற்ற

சந்தனுவின் சித்திர வித்யாலயத்தின் மூலம்

தபால் மூலம், தமிழ், ஆங்கிலம், மலையாளம், தெலுங்கு, ஹிந்தி ஆகிய 5 மொழிகளில் வீட்டிலிருந்தபடியே தங்களின் சித்திர ஈடுபாட்டையும், திறமையையும் பயனுள்ள முறையில் முன்னேற்றிக் கொள்ளலாம்.

விவரங்களுக்கு 90 பைசா தபால் தலைகளுடன் விண்ணப்பிக்கவும்.

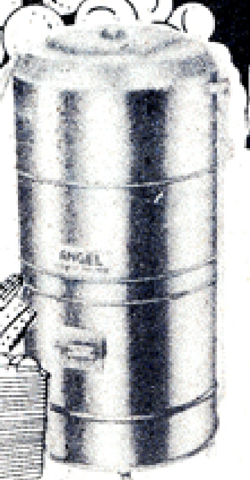
சந்தனுவின் சித்திர வித்யாலயம்
C/o. சித்திரக் குள்ளன் (G), 179 சிங்கண்ண தெரு,
சிந்தாதிரிப்பேட்டை, சென்னை-600 002.

இல்லத்தரசிகளின் இனிய தோழி!

ஏஞ்சல் வாஷிங் மெஷின்

2 வருட உத்திரவாதம்





முழுவதும் எவர்சில்வர்
உறுதியான கட்டமைப்பு
கொண்டது
சோப்பு, தண்ணீர், உங்கள்
நேரம் சிரமம், செலவு மிச்சம்
மின்செலவோ குறைவு

ஏஞ்சல் டொமெஸ்டிக் எக்யுப்மென்ட்ஸ்
கோயமுத்தூர் 641025

கிடைக்கும் இடம்: * மார்ஸ் என்டர்பிரைசஸ், 2, முனாபர் ஜங் பஹதூர் தெரு, திருவல்லிக்கேணி, சென்னை—5. * அந்தோணி ஏஜென்ஸி, 20, கரேஷ் நகர், வளசரவாக்கம், சென்னை — 87, போன்: 4 2089 8. * ஜார்ஜ் என்டர்பிரைசஸ், சூளைமேடு, சென்னை — 94, போன்: 4 274 9 8. * பிரியா ஏஜென்ஸீஸ், பிளாட் 4 63, மஹாகவி பாரதி நகர், சென்னை — 39. * மஹேஸ்வரி டிரேடர்ஸ், சௌராஷ்டிரா நகர், சூளைமேடு, சென்னை — 94. * மதன் எலக்ட்ரோ-மெஷின்ஸ், 7, ஷாப்பிங் காம்ப்ளெக்ஸ், டாக்டர் நஞ்சப்பா ரோடு, கோவை — 18, போன்: 364 01 & 35608. * முத்துசெல்வி கார்ப்பரேஷன், 26, கன்னுஷம்புக்கார தெரு, மதுரை — 1, போன்: 224 88. * ஸ்டான்டர்ட் எலக்ட்ரானிக்ஸ், 285, நேதாஜி ரோடு, ஈரோடு — 1, போன்: 73177, 72770. * சக்தி எலக்டிரிகல் ஒர்க்ஸ் கணேச புரம், திருச்சி — 13. * ஹெப்பி ஏஜென்ஸீஸ், திருநெல்வேலி & தூத்துக்குடி. * ஸ்வர்ணலக்ஷ்மி ஏஜென்ஸீஸ், தஞ்சாவூர் — 1. * சிவா ஏஜென்ஸீஸ், அண்ணா சாலை, பாண்டிச்சேரி — 1. * விஷால் மார்கெட்டிங் அஸோஸி யேட்ஸ், ராம்விலாஸ் ஹோட்டல் காம்ப்ளெக்ஸ், தருமபுரி — 1.

பூத்திபுரத்திலிருந்து அமெரிக்கா வரை...



பெருமாள் (தேவசஹாயம்) தாழ்ந்த குலத்தில் பிறந்ததோடு உடல் ஊனமுற்றவர். மதுரையைச் சேர்ந்த தேனிக்கருகே பூத்திபுரத்தில் ஆரம்பப் பள்ளி ஆசிரியர்.

இவருடைய மகள் பெயர்தான் செல்லம்மா. தாழ்ந்த குலத்தில் பிறந்த பிற குழந்தைகள் வயலிலும், தொழிற்சாலைகளிலும், கொத்தடிமைகளாக மடிந்து கொண்டிருந்தபொழுது, கையில் சிலேட்டு, பையுடன் திண்ணைப் பள்ளிக்கு அனுப்பப்பட்டவர் இவர். இவருடைய தந்தை தன் மகள் இந்தச் சமுதாயத்திற்குப் பயனுடையவளாக இருக்க வேண்டும் என்று கூறிக் கொண்டே இருப்பார். இப்படி ஆசைப்பட்டவர் செல்லம்மாவை பதினான்கு வயதிலேயே அநாதையாக்கிவிட்டு பரலோகம் சேர்ந்துவிட்டார்.

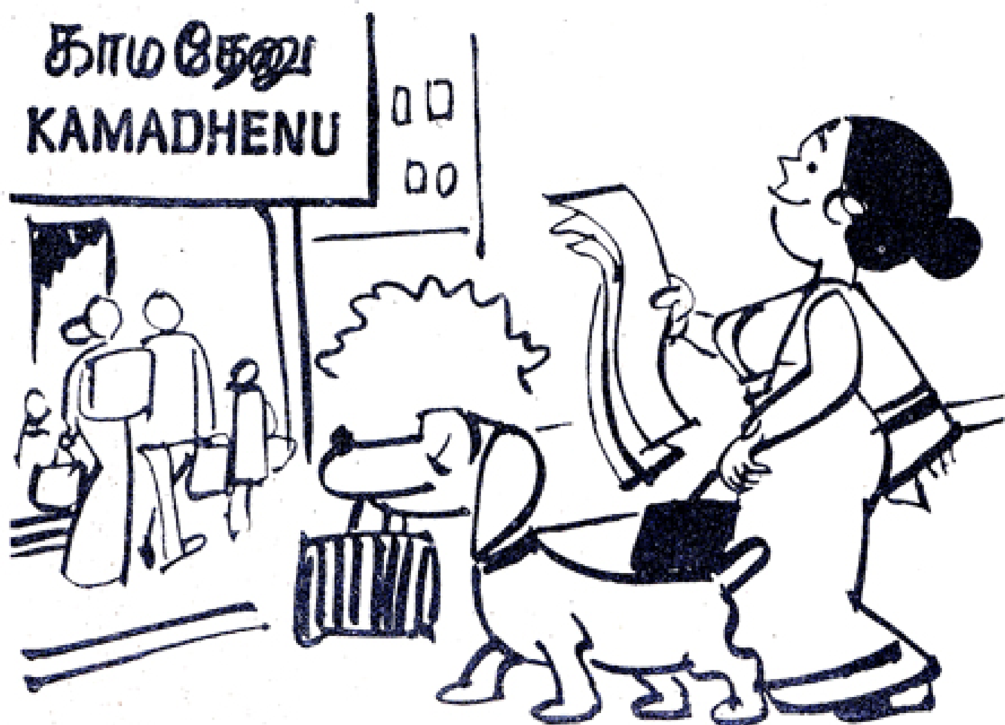
செல்லம்மா அழவில்லை, அசரவில்லை, சோர்ந்துவிடவில்லை. பள்ளிப் படிப்பைப் பல இன்னல்களுக்கிடையே வெற்றிகரமாக முடித்தார். வகுப்பிலேயே முதல் மாணவி இவர்தான். அதனாலேயே, சென்னைக்குச் சென்று, நர்ஸிங் பயிற்சியில் சேர்ந்து, முதல் மாணவியாகவே வெளி வந்தார். படிக்கும் பொழுதே, பட்டி மன்றங்களிலும், பேச்சுப் போட்டிகளிலும் பங்கு கொண்டு, பல விருதுகளைப் பெற்றார். பின் 1968ல் 'இன்டர் நேஷனல் சோஷியல் சர்வீஸ் குருப்பின் கிளினிக்கல் டைரக்டர் ஆனார். தானும் பெருமை பெற்றதோடு, பதவிக்கும் பெருமை சேர்த்தார்.

பின் 1968 இல் உதவித் தொகை பெற்று, யு.எஸ்.ஸில் உள்ள கான்வாஸ் பல்கலைக் கழக மெடிகல் சென்டரில் நர்ஸ் பயிற்சியில் சிறப்புப் பயிற்சி பெற்றார். அப்பொழுது உதவிப் பணம் போதாமல், அரை வயிறு கால் வயிறு கூட சாப்பிட்டு, லட்சியப் பாதையை நோக்கி முன்னேறிக் கொண்டே இருந்தார். ஒஹிமயாவின் பிரபல பத்திரிகையான 'லோடஸ்' இல், சமுதாய முன்னேற்றங்கள்' என்ற விஷயத்தைப் பற்றி, விஷய தானம் செய்து, சன்மானம் பெற்று வறுமையை ஓரளவிற்கு விரட்டியடித்து வழி நடந்தபோது சலீம் அஹமத் என்ற இன்ஜினியரைச் சந்திக்கும் வாய்ப்பு கிடைத்து, காதல் மலர்ந்து, கடிமணமும் புரிந்து கொண்டு, இல்லறம் என்ற நல்லறத்தை இனிதே நடத்தி வந்தார்!

திரு சலீம் அவர்கள் தன் மனைவியின் திறனை முற்றிலும் அறிந்தவராய், அவரை டாக்டராக்கும் முயற்சியில் இறங்கினார். ஆனால் ஸ்பானிஷ் மொழி என்ற நந்தி அதற்கு முட்டுக்கட்டை போட்டபோது, திருமதி செல்லம்மா அஹமத் அவர்கள், 'மனம் உண்டானால் மார்க்கமுண்டு' என்ற பொன்மொழியைமனத்தில்கொண்டு, தென் அமெரிக்காவிற்குப் பயணித்து, அங்கிருந்த ஒரு பல்கலை கழகத்தில் சேர்ந்து, அம்மொழியில் பாண்டித்யம் பெற்று, பின் மருத்துவக் கல்லூரியில் சேர்ந்து, டாக்டர் பட்டத்துடன் வந்துதான் ஆறாய்ப் பெருகும் வியர்வையை வழித்தெறிந்தார்.

இவ்வளவிற்கும் பின்கூட ஓய்ந்திருந்தாரா? இவர் மனத்தில் தன் தாய் நாடு, தன் பிறந்த ஊரின் வறுமை அனைத்தும் உறுத்திக் கொண்டே இருந்தது. அதற்காகவே தன் கரம் பிடித்த மணாளனைப் பிரிந்து மூட்டை முடிச்சுகளுடன் பூத்திபுரம் வந்து சேர்ந்துவிட்டார். இங்குள்ள மக்களில் பெரும்பாலோர் டி.பி.யினால் பாதிக்கப்பட்டிருப்பதைக் கருத்தில் கொண்டு, டி.பி. சானடோரியம் கட்டுவதற்கான முயற்சியில் ஈடுபட்டிருக்கிறார்! இவருடைய எழுச்சிதான் எத்தனை மகத்தானது!

திருமதி தேவனாதன்



காமதேனு
KAMADHENU

குளிர்காலம் வந்தாச்சே!
இனி 'தொக்கு'தான்
தொட்டுக் கொள்ள!

தொக்கோ தொக்கு!



கொத்துமல்லி தொக்கு

தண்டு நீண்டு இல்லாத இளசு கொத்துமல்லி கட்டு 10. மிளகாய் வற்றல் 15, கடுகு 1 டேபிள் ஸ்பூன், உளுத்தம் பருப்பு 1 டேபிள் ஸ்பூன், பெருங்காயம் சுண்டைக்காய் அளவு. புளி ஒரு நாரத்தங்காய் அளவு. உப்பு தேவையான அளவு.

கொத்துமல்லிக் கட்டைப் பிரித்து, புல், களை ஆய்ந்து தண்ணீரில் நன்கு அலசி வடியப் போடவும். வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு, மிளகாய் வற்றல், கடுகு, காயம், உளுத்தம் பருப்பை வறுக்கவும். எண்ணெய் விடாமல் வறட்டு வாணலியில், உப்பை வறுக்கவும் (படபடவென்று பொரியும். நீர்ப் பசை நீங்கும்) புளியையும் திருப்பித் திருப்பி, காந்தாமல் வதக்கவும் (ஐந்து நிமிடம்) ஈரம் இல்லாமல் கல்லுரலைத் துடைத்து, முதலில் புளி, மிள. வற்றல், உப்பு, கொத்தமல்லியை இரும்புலக்கையால் இடிக்கவும். மசிந்ததும், காயம், உளுத்தம் பருப்பு கடுகு சேர்த்து, இரண்டு இடி இடித்துக் கெட்டியாக எடுத்து வைக்கவும். கெட்டியாக இடித்து இருப்பதால், கொஞ்சமாய் நீர் விட்டுக் கல்லுரலை அலம்பி, பச்சடி போல் எடுத்து வைக்கலாம். (மோர் சாதம், தோசைக்குத் தொட்டுக் கொள்ளலாம்.) உடனே, பச்சடியைச் செலவழிக்கவும். இந்தத் தொக்கு மூன்று மாதங்கள் வரை கெடாமல் இருக்கும்.

மலைக் களாக்காய் தொக்கு

மலைக் களாக்காய் 1 கிலோ. மிளகாய் வற்றல் 50 கிராம். உப்பு தேவைக்கு. காயம் 5 கிராம். கடுகு 1 ஸ்பூன். நல்லெண்ணெய் 100 கிராம். மலைக் களாக்காய்களைப் பால் பிசுக்குப் போகத் தேய்த்து அலம்பி, இரண்டாக நறுக்கவும். குடைக் கம்பி அல்லது தென்னங்குச்சியால் விதைகளை நோண்டி எடுத்துவிடவும். மிளகாய் வற்றலை வறுத்து, உப்பு சேர்த்து இறக்கவும். நல்லெண்ணெய் விட்டு, கடுகு, காயம் தாளித்து, களாக்காயை வதக்கவும். வதங்கியதும், மஞ்சள் பொடி வெந்தயப் பொடி 1 ஸ்பூன் போட்டு தேவையான மிளகாய்ப் பொடி போட்டுச் சுருள வதக்கி இறக்கவும். மிகவும் அருமையான வருடம் நிற்கும் தொக்கு இது.

கிடாரங்காய் தொக்கு

கிடாரங்காய் தொக்கு மிகவும் அருமையாக இருக்கும். ஸீஸனில் செய்து வைத்தால் வருடம் முழுக்க மஜாதான்.

கிடாரங்காய் 4, மிளகாய் வற்றல் 100 கிராம், கடுகு, காயம், வெந்தியம், மஞ்சள் பொடி, உப்பு.

கிடாரங்காயை சுருளாய் வெட்டி, விதைகளை நீக்கித் துண்டுகளாய் நறுக்கி உப்பு போட்டு, பத்து நாள் வெயிலில் (மேலே தூசி, பூச்சி விழாமல் துணி வேடு கட்டி) வைக்கவும். மிளகாயை வறுத்துப் பொடி செய்யவும். நொந்து போயிருக்கும் கிடாரங்காய்த் துண்டுகளை மிக்ஸியில் ஒரு ஓட்டு ஓட்டினால், கூழாகிவிடும். வாணலியில் (கல்கத்தா இலுப்பச் சட்டி) நல்லெண்ணெய் விட்டுக் கடுகு, காயம் தாளித்து, கிடாரங்காய் கூழைப் போட்டு மிளகாய்ப் பொடி, வெந்தய மஞ்சள் பொடி சேர்த்துச் சுருள வதக்கி இறக்கி வைக்கவும். மிகவும் ருசியாக இருக்கும்.

நாரத்தங்காய்த் தொக்கு

நாரத்தங்காயைச் சுருள் அரிந்து, ஆவியில் வேக வைக்கவும். மிளகாய் வற்றலை இடித்துப் பொடி தயாரிக்கவும். வேக வைத்த நாரத்



தங்காயை நைஸாய் (மிக்ஸி அல்லது ஆட்டுர லில்) அரைக்கவும். கடுகு, காயம் தாளித்துச் சுருள வதக்கவும். வெந்தயம், மஞ்சள் பொடி சேர்க்கவும். இதில் சாதம் பிசைந்தும் சாப்பிடலாம்.

ஜாதி நாரத்தங்காய்த் தொக்கு

ஜாதி நாரத்தங்காய் தஞ்சை ஜில்லாவில் விளையும் பொருள். பித்தத்திற்கு நல்லது. புளிப்பு அதிகம்.

ஜாதிநாரத்தங்காயைத்தணலில்லேசாய்க் காட்டியோ, வெந்நீரில் போட்டோ, அதன் கசப்புச் சத்தையும் **acidic nature** ஐயும் நீக்கவும். பிறகு துண்டுகளாய் நறுக்கி, தேவையான உப்பு சேர்த்து, வெயிலில் பத்து நாள் வைக்கவும். (ஜாதி நாரத்தங்காயை வேக விட்டால் கசப்புத் தெரியும்) பிறகு மிக்ஸியில் அரைத்து, மிளகாய்ப் பொடி, வெந்தய மஞ்சள் பொடி சேர்த்து கடுகு, காயம் தாளித்துச் சுருள வதக்கி எடுத்து வைக்கவும். உடம்புக்கு மிகவும் நல்லது.

குடமிளகாய்த் தொக்கு

குடமிளகாய் 1 கிலோ, கெட்டித் தயிர் ½ லிட்டர் (புளித்த தயிர்) புளி 100 கிராம். உப்பு தேவையான அளவு. வெல்லம் 1 அச்சு. நல்லெண்ணெய் 100 மி.லி. கடுகு, காயம் தாளிக்க.

குடமிளகாயை அலம்பி, காம்பைப் பாதி நறுக்கி, நான்காய் பகிர்ந்து நறுக்கவும். புளியைக் கெட்டியாகக் கரைத்து, உப்பு, தயிர் கலந்து, குடமிளகாய்களைப் பிசிறி, வாய் அகன்ற பீங்கானில் வைத்து, வேடு கட்டி வெயிலில் வைக்கவும். பத்து நாள் வைத்தால் மிளகாய் பதமாகிவிடும். இதை மிக்ஸியில் அரைத்து, கல்சுத்தா இலுப்பச் சட்டியில் நல்லெண்ணெய் விட்டு, காயம், கடுகு, தாளித்துச் சுருள வதக்கவும். தொக்கு தயார்.

அரிநெல்லிக்காய்த் தொக்கு

அரிநெல்லிக்காய் 1 கிலோ, மிளகாய் வற்றல் 100 கிராம். கடுகு, காயம், உப்பு, நல்லெண்ணெய்.

அரிநெல்லிக்காய் இனிப்புச் சுவையுடையது. அதனால் மிளகாய் சற்றுக் கூடுதலாக வேண்டும். ஆவியில் வேகவிட்டு உதிர்த்து மிக்ஸியில் அரைத்து தொக்கு செய்வது போல் சுருள வதக்கவும். இது ரொட்டி, கட்லெட் சமோஸாவிற்கு நல்ல காம்பினேஷன்.

புளியங்காய்த் தொக்கு

நீங்கள் கிராமவாசியா? அருமையான புளியங்காய்த் தொக்கு தயார் செய்யலாம். புளிய மரம் உலுக்கும்போது துரட்டியால் அறுக்கையில் காய் விழும். காய்களை இரண்டாய் நறுக்கித் தோலி சீவி, உப்பு போட்டுக் குலுக்கி வைக்கவும். இரண்டு நாளில் பக்குவமாகும். புளிய விதைகளைப் பிதுக்கி எடுத்து, கல்லுரல் (அல்லது) மிக்ஸியில் அரைக்கவும். மற்ற தொக்குகளைப் போல் காயம், கடுகு தாளித்து சுருள வதக்கவும். சாதம் கலந்தால் நன்றாக இருக்கும்.

அங்காயத் தொக்கு

புது வேப்பம்பூ 100 கிராம், சுண்டைக் காய் 100 கிராம், இஞ்சி 1 துண்டு, பச்சை மிளகு 100 கிராம், சீரகம் 100 கிராம், பெருங்காயம், கறிவேப்பிலை ஒரு கைப்பிடி, முழு நெல்லிக்காய் 100 கிராம். யாவற்றையும் சுத்தம் செய்யவும். சுண்டக்காயை நசுக்கி நீரில் ஒரு மணி ஊற விடவும். (புழு இருந்தால் வெளியேறும்) எல்லாவற்றையும் தனித் தனியே வதக்கவும். நெல்லிக்காயை வேக வைத்து, உப்பு சேர்த்து எல்லாவற்றையும் நைஸாய் அரைத்து ஒரு அச்சு வெல்லம் சேர்த்துச் சுருள வதக்கவும். (வற்றல் மிளகாய் சேர்க்கக் கூடாது). வாய்க்கு ருசியூட்டும் தொக்கு. அஜீரணம், வாய் அருவருப்பு, எச்சில் ஊறுதல் இவற்றுக்கும் மருந்து.

— எஸ். கனகவல்லி சாரங்கபாணி

ஜன்னல் கண்ணாடிகளை திரவ நிலையிலுள்ள பாரஃபின் மெழுகில் நனைத்தெடுத்த துணியால் சுத்தம் செய்து பிறகு நன்கு உலர்ந்த துணியால் நன்றாகத் துடைக்கவும். பளிச்சென்று இருக்கும். பெயிண்ட், எனாமல் பூசப்பட்டவைகள் பித்தளைச் சாமான்கள் போன்றவைகளை இந்த பாரஃபின் நன்றாகச் சுத்தம் செய்கிறது.

— ராஜி.

சோப்புப் பெட்டிக்குள் அடங்கக்கூடிய அளவு ஒரு ஸ்பாஞ்சைக் கத்தரித்து வைத்துப் பிறகு, அதன் மேல் சோப்பை வைத்தால், சோப்பு, பெட்டிக்குள் ஒட்டிக் கொண்டு, வீணாகாமல், ஸ்பாஞ்சில் ஒட்டிக் கொள்ளும். இந்த ஸ்பாஞ்சையே நாம் சோப்பு போலப் பயன்படுத்தி சோப்பு வீணாவதைத் தவிர்க்கலாம்.

— ராஜி.





பல்லைப் பற்றிக் கொஞ்சம்...

சென்னைப் பல் மருத்துவக் கல்லூரியில் இணைப் பேராசிரியராகப் பணிபுரியும் திரு. டாக்டர் அமரநாதன் அவர்களைப் பல் பாதுகாப்புப் பற்றிப் பேட்டி காண அவரது இல்லத்திற்குச் சென்றேன். ஆரோக்கியமான சிரிப்புடன் என்னை வரவேற்று அமரச் செய்தார்.

அப்போது அவரது எட்டு வயது மகள் "ஆன்டி, இன்னிக்கு எனக்கு பர்த் டே" என்று கூறித் தட்டு நிறைய விதவிதமான பழத் துண்டங்களை நீட்டினாள். அவளுக்கு வாழ்த்துக் கூறிக் கொண்டே டாக்டரை ஏறிட்டுப் பார்த்தேன். அவரும் சிரித்துக் கொண்டே,

"எல்லா வீடுகளிலும் குழந்தைகளின் பிறந்த நாள் என்றால் சாக்லேட் தான் கொடுப்பார்கள். இது மட்டுமில்லை. குழந்தையை உற்சாகப்படுத்த, சந்தோஷப்படுத்த, அழுகையை மாற்றச் செய்ய, தங்கள் காரியத்தை சாதித்துக் கொள்ள என்று எதற்கெடுத்தாலும் இனிப்புக்களைக் கொடுத்து அவர்களைக் கெடுப்பதுடன் பற்களையும் கெடுத்து விடுகிறார்கள். ஆனால் எங்கள் வீட்டில் மட்டும் இனிப்பு என்றால் பழங்கள் தான்" என்றார்.

தானே பல் பாதுகாப்பிற்கு ஒரு எடுத்துக் காட்டாக விளங்கும் இவரை மனத்துக்குள் வியந்து பாராட்டிக் கொண்டே, கேள்விகளைக் கேட்கத் தொடங்கினேன்.

தாய் கருவுற்றிருக்கும் போதே பிறக்கும் குழந்தையின் பல் உறுதிக்கு எவ்வாறு உதவலாம்? எத்தகைய மருந்து மாத்திரைகள் குழந்தையின் பல் வளர்ச்சியைப் பாதிக்கும்?

டாக்டர்: ஒரு பெண் கருவுற்றதும் மூன்றும் மாதம் முதல் மல்டி வைட்டமின், கால்சியம் மாத்திரைகளையும் சத்துள்ள உணவு வகைகளையும் உண்ண வேண்டும். இந்தச் சத்துக்கள் குழந்தைக்கு சுமார் 80% இரத்தத்தின் மூலம் கிடைக்கிறது. இவை பல், எலும்பு வளர்ச்சிக்கு மிக அவசியம். ஆனால் ஆறாவது மாதத்திற்கு மேல் தாய் உண்ணும் இந்த மாத்திரைகள் நேரடியாகக் குழந்தையைச் சென்றடையாது. ஆனால் குழந்தை பிறந்தபின் தாய்ப்பால் மூலம் குழந்தைக்குச் சேரும். எனவே ஒரு தாய் மூன்றும் மாதம் முதல் குழந்தை பிறக்கும் வரையிலும், அதன் பிறகு தாய்ப்

பால் கொடுக்கும் காலத்திலும் இம்மாத் திரைகளைச் சாப்பிடுவது நல்லது.

பிராட் ஸ்பெக்ட்ராம் ஆன்டிபயாடிக் மாத்திரைகளைக் கருவுற்ற பெண் ஜுரம் வந்த போது சாப்பிடுவதாலும், வறுமைக் கோட்டுக்குக் கீழுள்ள தாய்மார்களின் உணவில் போதிய ஊட்டச் சத்து இல்லாமல் இருப்பதாலும் இவர்களுக்குப் பிறக்கும் குழந்தையின் பற்கள் கருமை நிற முடையதாகவும், பலவீனமானதாகவும் இருக்கும். குடியிருக்கும் ஊர்களில் உள்ள தண்ணீரில் ஃப்ளோரைடு உப்பு அதிகமிருப்பினும் அதனைப் பருகிய தாய்க்கு பலவீனமான பற்கள் உள்ள குழந்தைகள் பிறக்கலாம்.

குழந்தை பிறந்து அதிக பட்சம் எந்த வயது வரை முதல் பல் முளைக்கும் என்று எதிர்பார்த்துக் காத்திருக்கலாம்? தாமதத்திற்கு என்ன காரணம்?

டா: குழந்தைக்குச் சாதாரணமாக ஆறுவது

கேரட்டை நீரில் போட்டு வேக வைப்பதைவிட இட்லி வேக வைப்பது மாதிரி ஆவியில் வேக வைத்தால் கேரட்டிலுள்ள வைட்டமின் சி அழியாமல் இருக்கும்.

— ராஜி.

மாதத்தில் பற்கள் முளைக்கத் தொடங்கும். சில சமயம் இரண்டு மாதங்கள் முன்னதாகவோ, இரண்டு மாதங்கள் தாமதமாகவோ கூட முளைக்கலாம். ஆனால் பல் முளைக்கும் அறிகுறியே ஒன்பது மாதம் வரை இல்லையென்றால் பல் மருத்துவரை நாடுதல் அவசியம். கால்சியக் குறைவினாலும், ஈறு மிகவும் தடித்து இருப்பதாலும், பல்பக்கவாட்டில் வளர்ந்து புதைந்து இருப்பதாலும் பல் முளைக்கத் தாமதமாகலாம். முதலில் எக்ஸ்—ரே எடுத்துப் பார்ப்பார்கள். பல் உள்ளே தெரிந்தால் ஈறின் மேல் பகுதியைக் கீறினால் பல் வெளியே வந்துவிடும். பக்கவாட்டில் வளர்ந்திருந்தால் அந்தப் பல்லை நீக்கிவிடுவார்கள். சில சமயம் பற்களே முளைக்காமல் இருக்கும் வாய்ப்பும் உண்டு. இது அபூர்வம்.

பால் பற்கள் எந்த வயதில் விழும்? எல்லாப் பற்களுமே விழுந்து விடுமா? விழாமலிருக்கக் காரணமென்ன?

டா: குழந்தையின் மூன்றாவது வயதிற்குள் 20 பற்கள் முளைத்துவிடும். ஆறாவது வயது முதல் 12 வது வயது வரை இவை ஒவ்வொன்றாக விழுந்துவிடும். குழந்தையின் 8 வது வயதுவரை ஒரு பால் பல் கூட விழவில்லை என்றால் பல் மருத்துவரை அணுக வேண்டும். அவர் எக்ஸ்—ரே மூலம் நிலைப் பற்கள் முளைக்குமா என்பதைக் கண்டறிவார். சில சமயம் நிலைப்பற்கள் மிகவும் கீழே இருப்பின் அவை மேலே வந்து பால் பற்களை நெம்பிக் கொண்டு முளைக்கத் தாமதமாகலாம். அப்போது மருத்துவர் பால் பற்களைப் பிடுங்கி விடுவார். சில சமயம் நிலைப் பற்களே தோன்றாமலிருக்கலாம். அந்நிலையில் பால் பற்களைப் பிடுங்கக்கூடாது. அதேபோல் 12 வது வயதில் கடைவாய்ப் பற்கள் விழாவிட்டால் அப்போதும் எக்ஸ் — ரே எடுப்பது அவசியம். ஏனென்றால் சில சமயம் நிலைப் பற்கள் எலும்புக்குள் புதைந்து கீழ் நோக்கி வளர்ந்து கொண்டிருக்கும்.

நிலையான பற்கள் முளைக்கும் போது பால் பற்களும் விழாமலேயே பக்கத்தில் இருந்தால் என்ன செய்வது?

டா: பால் பற்கள் விழாமல் நிலைப் பற்களும் முளைத்தால் அதிகப் பற்கள் கோணலாக முளைக்கும். எனவே உடனேயே பால் பற்களை நீக்கிவிட்டுப் பல் சீரமைப்புச் சிகிச்சை மூலம் நேராக வளரச் செய்யலாம். அல்லது கோணலை மாற்றி நேரான நிலைக்குக் கொண்டு வரலாம்.

சத்துணவு

தேவையான பொருட்கள்:

- சம்பா கோதுமை — 500 கிராம்.
- ஆரியம் — 100 கிராம்.
- வெள்ளை உ. பருப்பு — 100 கிராம்.
- பாசிப் பருப்பு — 100 கிராம்.
- பொட்டுக்கடலை — 100 கிராம்.
- வேர்க்கடலை — 100 கிராம்.

செய்முறை:

இந்த அனைத்து தானியங்களையும் தனித்தனியாக வாணலியில் போட்டுச் சிவக்க, கருகாமல் வாசனை வரும் பக்குவத்தில் வறுத்து பிறகு, மெஷினில் கொடுத்து அரைக்கவும். பிறகு அந்தப் பவுடரை பாலில் கலக்கிக் குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்கலாம். சுவையாக இருக்கும். ஒருமுறை செய்துதான் பாருங்களேன். (பி. கு.) — தானியங்கள் 100 கிராம் என்றால் 100 கிராம்தான் இருக்க வேண்டும். சிறிதளவு அதிகமானாலும் ருசி மாறிவிடும்.

— மாதவி.



இளநரையும், முடி உதிர்தலும் வாழ்க்கையின் வசந்த காலத்திலா?

கிரௌன்
ஹெர்பல் ஹேர் டானிக்



வாழ்க்கையின் வசந்த காலத்தில்,
வயதுக்கு முந்திய இளநரை ஏற்படுவதும்,
முடிகள் உதிர்ந்து கொட்டுவதும், நிஜத்திலே
வெம்பிப் பழுத்த வேதனைதான்!
தலை முடிகள் உதிர்ந்து
கொட்டுவதைத் தடுக்கவும்,
இளநரை செம்பட்டை
ஏற்படுவதைத் தவிர்க்கவும்,
பண்டைய சித்தர்கள் ஆராய்ந்து
பயன்படுத்திய
முடி வளர்க்கும் மூலிகை மருந்துகளைத்
தேங்காய் எண்ணெயில் தேங்கவைத்து,
குளுமையும், மணமும் குழைத்து ஊட்டிய
குளிர்ச்சிமிக்க கூந்தல் தைலம்தான்
கிரௌன் ஹெர்பல் ஹேர் டானிக்!
முடி உதிர்ந்து கொட்டுவதைத்
தடுத்து நிறுத்தி, இளநரையும்,
வழுக்கையும் வராமல் பாதுகாத்து,
எழில் தவழும் உங்கள்
இளமைத் தோற்றத்தில்
கண்ணுக்கினிய கவர்ச்சியை ஊட்டுகிறது!
கார்முகில் போன்ற கரிய கூந்தல்
அடர்ந்தும் நீண்டும்
அழகுற வளர உதவுகிறது!
பொடுகு அகன்று புழுவெட்டிலும்
மயிர் முளைக்கிறது!
முடிகளின் வளர்ச்சிக்கும், கவர்ச்சிக்கும்
முற்றிலும் உகந்த மூலிகைத் தைலம்
கிரௌன் ஹெர்பல் ஹேர் டானிக்.



தயாரிப்பாளர்கள்:
கிரௌன் ஹெர்பல் ப்ராடக்ட்ஸ்
55, ஹாரிஸ் சாலை, சென்னை-600 002

CHP/HT/1/86

Distributors for Malaysia: M/s. Koperasi Belia Majujaya (M) Berhad, Wisma Anbananthan
88, Jalan Brickfields Kuala Lumpur, Malaysia Phone: 443748 442100.

M/s. P. Govindasamy Pillai S'pore (Pte) Ltd., 46, 48, 50 & 52, Sarangoon Road,
Singapore — 0821 Phone: 3372050.

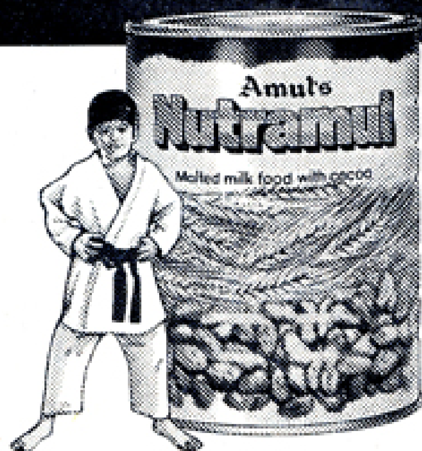
வென்றிடும் தரம்.
ஈடுநிற்கமுடியாத
விலைநயத்திலே!



ems	500g	1kg	500g Refill
Nutramul	17·08	33·01	—
Maltova	22·80	43·75	20·95
Boost	22·33	—	21·92
Bournvita	22·81	43·76	20·95

இதன் வகையிலுள்ள இதர
ரகங்களோடு ஒப்பிட்டுப்
பாருங்கள் நியூட்ராமுல் விலைகளை.
அனைத்தையும் விட மிக மிகத்
தாழ்வு.
இதன் தரம் பிறவற்றை விட
எப்படி மிக உயர்வாக
இருக்கிறதோ அதேபோலத்தான்.

**கேட்டீர்களோ
என்னவோ, இதோ
இன்னுமொரு காரணம்
'நியூட்ராமுல் வஸ்தாத்'தாக
விளங்க.**



அமுல் வகையில்
நியூட்ரமுல்

* 86 பிப். நிலவரப்படி, [illegible]

சிறு குழந்தைகளுக்குப் பற்களில் குழியோ, சொத்தையோ, தேய்மானமோ இருந்தால் என்ன செய்வது? இவை நிலைப் பற்களைப் பாதிக்குமா?

டா: சிறு குழந்தைகளின் பற்களின் எனாமல் பெரும்பகுதி தேய்ந்திருந்தால் அவற்றின் மீது குளிர்பானம், சூடான பானம் பட்டால் பல் கூசும். இதைத் தவிர்க்க கடைவாய்ப் பற்களுக்கு உலோகக் கவசமும் மற்ற பற்களுக்கு அக்ரலிக் கவசமும் பொருத்தலாம். அடுத்து பல்லின் தேய்மானம் பரவலாக இல்லாமல் ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதியில் மட்டும் ஏற்பட்டால் அதனால் பல்லின் அப்பகுதியில் குழி ஏற்படும். இதுவே நாளடைவில் சொத்தையாக மாறும் வாய்ப்பு உள்ளதால் குழியை ஸில்வர் அமால்கம் என்ற உலோகக் கலவையினால் அடைக்கலாம்.

பல் சொத்தை என்பது கிருமிகளால் பல்லின் எனாமல் பகுதியில் ஏற்படுவது. முதலில் கடுகு போல் பல்லின் மேல் பாகத்தில் கறுப்பாக இருக்கும். உடனே கவனிக்காவிட்டால் நாளடைவில் கிருமிகள் பல்லை மேலும் சேதப்படுத்தி பற்கூழை நோக்கிச் செல்லும். இதனால் கூச்சம், வலி உண்டாகும். இந்நிலையில் கூடப் பல் மருத்துவர் உதவியால் சிகிச்சை பெற்று பல்லைக் காப்பாற்றி விடலாம். ஆனால் வலி மிகுதியாக இருப்பின் சொத்தை முற்றிய நிலையில் இருப்பதால் அப்பல்லைப் பிடுங்குவதே நல்லது.

நிலைப் பற்களில் சொத்தை ஏற்பட்டால் என்ன செய்வது?

டா: சொத்தை ஆரம்ப நிலையில் இருந்தால் அதைச் சுரண்டி விட்டுக் குழியை நிரப்பி விடலாம். ஆனால் சொத்தை வேர் வரை பரவி அடிக்கடி பல்வலி, பல்லின் வேர்ப் பகுதியில் கட்டி முதலியவை ஏற்பட்டால் மற்ற பற்களையும் சொத்தை தாக்காமல் இருக்க அந்தப் பல்லை நீக்குவதே நல்லது.

வரிசை தப்பிய பற்கள், இடைவெளி மிகுந்த பற்கள், அதிக எண்ணிக்கையில் பற்கள் — இவை முக அழகை பாதிக்கின்றனவே? மாற்று சிகிச்சை உண்டா?

டா: வரிசை தப்பிய பற்கள் என்னும்போது சிலருக்குச் சில பற்கள் வெளியே நீட்டிக் கொண்டிருக்கலாம். சிலருக்கு வரிசைக்கு உட்புறமாகச் சாய்ந்திருக்கலாம். வேறு சிலருக்கு ஒன்று உள்நோக்கியும், ஒன்று முன்னோக்கியும் மாறி மாறி அமைந்திருக்கலாம். இந்த அனைத்துக் குறைகளையும் அவற்றுக்கென வடிவமைத்த கிளிப்புகள் மூலம் நீக்கிவிடலாம். ஆரம்ப நிலையிலேயே கவனித்தால் பலன் அதிகம்.

அடுத்து சிலருக்கு அகன்ற தாடை அமைப்பு இருக்கும். ஆனால் பற்களின் அளவு சிறியதாக இருக்கும். அப்போது பற்களுக்கு இடையே இடைவெளி மிகுதியாக இருக்கும். இதை மறைக்க க்ரவுன்களை அணியலாம். முளைக்கும்போது சரியாக முளைத்து இரண்டு மூன்று வருடங்களில் பற்கள் சாய்வதால் இடைவெளி ஏற்பட்டால் அது ஈறு நோய்க்கு அறிகுறி. நோயைக் குணப்படுத்திவிட்டு ஸ்பிளிண்ட்ஸ் போட்டால் இடைவெளி நீங்கி விடும்.

ஏற்கெனவே வரிசையில் பற்கள் இருக்க ஏதாவது ஒரு பல்லுக்குப் பக்கத்தில் அதிகப்படியாக இன்னொரு பல் முளைக்கலாம். இதைப் பிடுங்கி விடலாம். ஆனால் அதற்கு முன் எக்ஸ் — ரே எடுப்பது அவசியம். ஏனென்றால் இரண்டாவது

> **கடாரங்காய், நாரத்தங்காய் ஊறுகாய் போடும்போது அதனை நறுக்காமல் அப்படியே முழுசாக எண்ணெயில் வதக்கி நறுக்கி ஊறுகாய் போட்டால் கசக்காமலிருக்கும்.**
>
> **— விசாலாட்சி.**

பல் முதல் பல்லுடன் வேர்ப் பகுதியில் பின்னிக் கொண்டிருக்கலாம். அந்நிலையில் இதைப் பிடுங்கினால் முதல் பல்லும் ஆட்டங்கண்டுவிடும். எனவே சிறு அறுவை சிகிச்சை செய்து இரண்டாவது பல்லை நீக்க வேண்டும்.

ஸில்வர் ஃபில்லிங், சிமெண்ட் ஃபில்லிங் இவற்றிற்குள்ள வேறுபாடு என்ன?

டா: பல்லில் ஆழம் குறைவான சொத்தையோ அல்லது குழியோ இருப்பின் அதை உலோகத்தால் நிரப்புவார்கள். இவ்வாறு நிரப்புவது உறுதியாகவும், தேயாமலும் சுமார் ஐந்து முதல் பத்து ஆண்டுகள் வரை உழைக்கும். கடினமான உணவுப் பண்டங்களைக் கடிக்கலாம். இது சற்று செலவு அதிகமான முறை. ஆழம் மிகுதியான சொத்தை, குழி இவற்றிற்கு சிமெண்டால் நிரப்பும் முறையே சிறந்தது. இந்த சிமெண்ட் உமிழ் நீரில் கரையும் தன்மை உடையதால் சுமார் மூன்று முதல் ஐந்து ஆண்டுகள் வரை உழைக்கும். அதன்பின் மீண்டும் நிரப்ப வேண்டும்.

எனக்குத் தெரிந்த ஒரு பெண்ணிற்குக் கடைவாய்ப் பற்கள் கீழ்நோக்கி முளைத்து, தாடை எலும்பில் புதைந்து போனதால் அந்த எலும்பையே நீக்க வேண்டி வந்தது. இந்த உபாதையை ஆரம்ப நிலையிலேயே கண்டுபிடிக்க ஏதாவது அறிகுறிகள் உண்டா?

டா: எந்தப் பல்லுமே அந்தந்த வயதில் முளைக்காவிட்டால் பிரச்னைதான். சிலருக்கு ஞானப்பல் முளைக்கும் போது கூட தொல்லைகள் வரும். காதில் வலி, தாடையில் வலி, தோள்பட்டை வலி இவை இருந்தால் அசட்டையாக இருக்காமல் பல் மருத்துவரை நாட வேண்டும். காரணம் இவ்வுறுப்புக்களின் உணர்வு நரம்புகள் ஒன்றாக மூளையை அடைகின்றன. எனவே பல்வலி ஏற்படும் சமயம் தோள் பட்டை வலிப்பதும், காது வலிப்பதும் இயற்கை. அதேபோல் சிலர் லேசான வலியைப் பொறுத்துக் கொள்வார்கள். இவர்களும் பல்வலி என்றவுடன் உடனே மருத்துவரைக் கண்டு வருதல் அவசியம். முதலில் வலி என்றவுடன் பல் மருத்துவர் தரும் மாத்திரைகளை உண்டுவிட்டு மீண்டும் மீண்டும் வலி வரும்போது மருத்துவரை நாடாமல் அதே மாத்திரைகளை உண்பதும் தவறு.

நீங்கள் குறிப்பிட்ட பெண் மேற்கூறிய தவறுகளில்ஏதாவதுஒன்றைச்செய்ததால் தான் நிலைமை இவ்வளவு மோசமாயிற்று. ஆரம்ப நிலையிலேயே கவனித்திருந்தால் எக்ஸ் — ரே மூலம் கண்டறிந்து கீழ் நோக்கி வளரும் பல்லை நீக்கியிருக்கலாம்.

பற்களைப் பிடுங்குவதால் கண், செவி உணர்வுகள் பாதிக்கப்படும் என்பதும் மூளை பாதிக்கப்படும் என்பதும் உண்மையா?

டா: ஜோக்குகளில் பல் வைத்தியர் என்றால் கத்தியால் பல்லைத் தட்டுவதாகக் காட்டப்படுகிறது. இதேபோல் மக்களிடையேயும் நீங்கள் குறிப்பிட்ட மூட நம்பிக்கை நிலவி வருவது வருத்தத்திற்குரியது. மிக நவீனக் கருவிகளால் வலியே தெரியாமல் பற்களை நீக்க முடியும். இதனால் எந்த உறுப்புக்களும் பாதிக்கப்படுவதில்லை.

எனக்குத் தெரிந்த ஒருவர் ஒரு பல்லைப் பிடுங்கிக் கொண்ட போது மற்ற பற்களும் பொலபொலவென விழுந்து விட்டனவாமே? என்ன காரணம்?

டா: ஈறு நல்ல நிலையில் இருந்தால் இவ்வாறு ஏற்படாது. ஈறு மிக மோசமான நிலையில் இருக்கும்போது ஒரு பல்லைப் பிடுங்கியதும் மற்ற பற்களும் ஆடி விழுந்துவிடும். எப்போதும் ஒரு பல்லை நாம் பிடுங்கியவுடன் அங்கு வேறு ஒரு பல்லைக் கட்டிக் கொள்வது நல்லது. இதனால் அடுத்துள்ள இரு பற்களும் ஆடாமல் ஆதரவுடன் இருக்கும்.

அளவில் நீண்டு உதட்டுக்கு வெளியே நீட்டிக் கொண்டிருக்கும் பல்லைச் சீராக்க முடியுமா?

டா: எனாமல் வரை ஓரளவு பல்லின் நீளத்தைக் கருவியின் உதவியால் குறைக்கலாம். அப்படியும் பல் நீட்டிக் கொண்டிருந்தால் மேலும் நீளத்தைக் குறைக்கலாம். ஆனால் இதனால் எனாமல் பகுதி தேய்ந்துவிடும். இந் நிலையில் பல்லுக்குக் க்ரவுன் போட வேண்டும்.

ஆடிக் கொண்டே இருக்கும் பல் ஆபத்தானதா?

டா: ஆரம்பத்தில் ஆடும்போது வலி இல்லாமல் இருக்கும். ஆயினும் இது நாளடைவில் பல் உபாதையைத் தோற்றுவிக்கலாம். ஆடுவதை நிறுத்த இன்டர் டென்டல் வயரிங் செய்து விடலாம். ஈறில் ஏதாவது நோய் இருப்பின் அதையும் போக்கிவிட வேண்டும். அதிகம் ஆடும் பல்லைப் பிடுங்கிவிட்டுப் பொய்ப் பல் கட்டிவிடலாம்.

(மீதி அடுத்த இதழில்...)

தங்க நகைகளை அழுக்கு எடுப்பதற்கு
சோப்பைப் போட்டு ஊற வைத்துச்
சிரமப்பட வேண்டாம். மேலும் பிரஷ்
கொண்டு தேய்க்கும்பொழுது சில
சாமான்கள் ஒடிந்துவிட வாய்ப்புண்டு.
இதற்கு ஒரு சிறந்த வழி உள்ளது.
தண்ணீரில் சிறிதளவு ஆப்பச் சோடா
வைப்போட்டுக்கொதிக்கவைக்கவேண்
டும். கொதிக்கும் பொழுது அழுக்கு
எடுக்கும் நகைகளை அதில் போட்டு ஊற
வைக்கவும். கொதிக்கும் பொழுதே
நகையிலுள்ள அழுக்கெல்லாம் திரண்டு
மேலே வரும். பின் நகையை எடுத்துத்
துடைத்தால் அழுக்கு நீங்கிப் பொலி
வுடன் காணப்படும். இலேசான வெள்
ளைத் துணியைக் கொண்டு துடைப்பது
நல்லது.

— திருமதி உமா கடலைமணி.

காந்தம் கவராது
100% ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல்

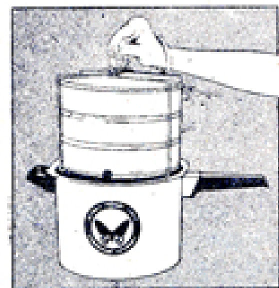


பட்டர்ஃபிளை

100% ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் பிரஷர் குக்கர்

சாமர்த்தியமான பெண்மணிகளைக் கவர்வது!

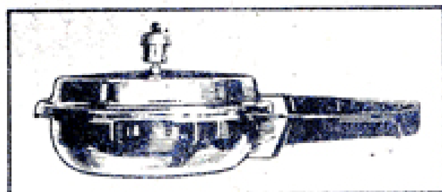
ஏனெனில், இதன் அழகுத் தோற்றம்; துரிதமாக, சிக்கனமாக சமையல் செய்யும் திறன். உங்கள் காஸ் சிலிண்டரும் அதிக நாட்களுக்கு வரும்! இதர பிரஷர் குக்கர்களுடன் ஒப்பிட்டுப் பாருங்கள். நீங்களே, பட்டர்ஃபிளையின் மேன்மையை அறிந்து கொள்ளலாம்.



இது மிகவும் பாதுகாப்பானது. 18-கேஜ் கனமுள்ள ஒரே ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் தகட்டில் செய்யப் பட்டது. ஒட்டு கிடையாது. வெல்டிங் கிடையாது. 40 ஆண்டு அனுபவம் பின்னணியில் உள்ளது.

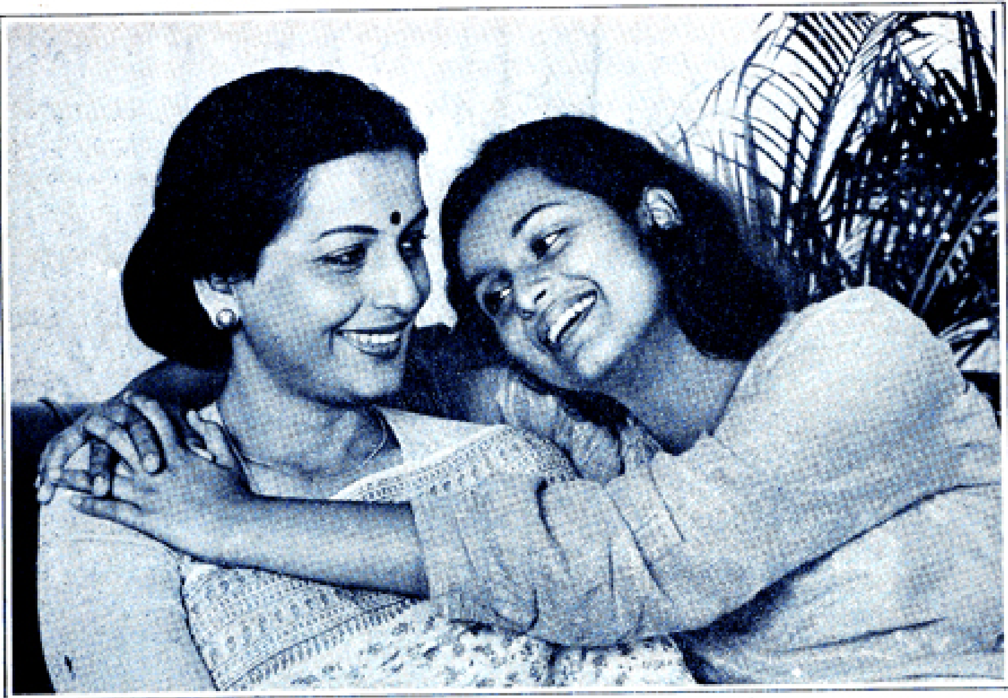
3,5,6,7.5,10,12 லிட்டர் அளவுகளில் கிடைக்கிறது. இதோடு பொருத்தமான பிரஷர்பான்களும் கிடைக்கும்.

கங்காதரம் என்டர்பிரைசஸ்
147, காரப்பாக்கம்,
பழைய மகாபலிபுரம் ரோடு,
சென்னை 600 096.
போன்: 552587, 555127.



ஒப்பற்ற சமையலுக்கு உத்தரவாதம் 10 ஆண்டு!

GE 2844



பருவத்தின் எல்லையில் என் பாசத்துக்குரிய மகள், சங்கடமான இந்தக் காலகட்டத்தில் அந்த இளம் உள்ளம் படும் வேதனை, தாயாகிய எனக்குத் தான் புரியும்.

“என் மகளுக்கு கேர்ஃப்ரீ வாங்கித் தர நான் முடிவு செய்தது ஏனென்றால்”..

ஒரு சிறுமியின் வாழ்க்கையில் அவள் வயதுக்கு வரும் காலகட்டம் தவிர்க்க முடியாத ஒன்றாகும். பயமும், வெட்கமும், தவிப்பும் நிறைந்து, உடலளவில் மட்டுமின்றி மனத்தளவிலும் அவள் பாதிக்கப் படும் நேரமும் அதுதான்.

நான் ஒரு தாய். இந்தக் கால கட்டத்தை அனுபவித்தவள். அதன் சிரமங்களை நன்கு உணர்ந்தவள். குறிப்பிட்ட அந்த ஐந்து நாட்களும் ஒவ்வொரு பெண்ணுக்கும் ஏற்படும் சங்கடமும் தொல்லையும் எனக்கு நன்றாகவே தெரியும்.

இத்தனை வருடங்களாக, சானிடரி பாது காப்புக்குத் தேவையானதை நான் வீட்டிலேயேதான் தயாரித்துக் கொள்வேன். அது மிகவும் தர்மசங்கடமான வேலைதான்!

மீண்டும் மீண்டும் பயன்படுத்துவதற்காக நன்றாகத் துவைத்து, காயப்போட்டு... போதும் போதும் என்றாகி விடும். அக்கம் பக்கத்தில் உள்ளவர்களுக்குக் கூட நமது 5 நாள் பிரச்னை விளம்பரப்படுத்தப்பட்டு விடும். இத்தனை அவஸ்தைப் பட்டாலும்,

நமக்குத் தேவையான சானிடரி பாதுகாப்பு கிடைக்குமா என்பதும் நிச்சயமில்லை. அது மட்டுமல்ல; எப்போது எந்த அசம்பாவிதம் நடந்து அவமானப்பட வேண்டி வருமோ என்று பயந்து நடுங்கிக் கொண்டே இருக்க வேண்டும்.

என்னைப் பொறுத்தவரையில் இதிலெல்லாம் ஓரளவு பழக்கப்பட்டுவிட்டேன் என்றே சொல்லலாம். தவிர, அந்தக் காலத்தில் சங்கடமான அந்த 5 நாட்களில் பெண்கள் வெளியே போவது என்கிற வழக்கமெல்லாம் அறவே கிடையாது.

ஆனால் இப்போது காலம் மாறிவிட்டது... பெண்கள் மாதத்தின் அந்த 5 நாட்களில்கூட துடிப்பாக செயல்பட வேண்டியுள்ளது.

ஆனால் இப்போது காலம் மாறிவிட்டது. இப்போது கேர்ஃப்ரீ போன்ற நவீன சானிடரி பாதுகாப்பு கிடைக்கும் இந்த நாளில், என் மகளும் நான் இளம் பெண்ணாக இருந்ததைப் போலவே ஏன் வீட்டிற்குள் அடைபட்டுக் கிடக்கவேண்டும். நான் வளர்ந்த காலம் வேறு. என் மகள் வளரும் சூழ்நிலை வேறு. இன்றைய சிறுமிகள் மாதத்தின் அந்த 5 நாட்களில் கூட துடி துடிப்பாக செயல்பட வேண்டியுள்ளது.

என் மகளைப் பாருங்களேன். அவள், நான் இளம் பெண்ணாக இருந்த காலத்தில் செயல்பட்டதைவிட மிக...மிக சுறுசுறுப்புடன் செயல்பட வேண்டியிருக்கிறது...படிப்பு விஷயத்திலும் சரி, இதர வேலைகளிலும் சரி. நாங்கள் இருந்ததைப் போல என் மகளையும் வீட்டிற்குள் முடக்கிப்போட நான் விரும்பவில்லை.

அதனால்தான் நான் கேர்ஃப்ரீயைத் தேர்ந்தெடுத்தேன். என் மகளின் துடிப்புக்கும் துள்ளலுக்கும், ஆட்டத்துக்கும் ஓட்டத்துக்கும் ஈடு கொடுக்கும் இணைபிரியாத் தோழி கேர்ஃப்ரீ.

முக்கியமான அம்சம் என்னவென்றால் கேர்ஃப்ரீ ஒரு ரெடிமேட் நாப்கின். துணியையும் பஞ்சையும் வைத்து மடித்து, நேரத்தை வீணாக்கும் தொல்லை கிடையாது.

நான் அந்தக் காலத்தில் செய்தது போல என் மகள் துவைத்து, காயப் போட்டு, சங்கடப்பட வேண்டியதில்லை. தேவையான நேரத்திலே சட்டென்று புத்தம் புதுசாக, சுத்தமான ஒரு நாப்கினை எடுத்து அவள் உபயோகிக்கலாம்.

ஒரு விஷயத்தை நான் ஒப்புக்கொண்டாக வேண்டும். முதலில் எனக்கு இத்தகைய ரெடிமேட் நாப்கின்மீது கொஞ்சம் அவநம்பிக்கை இருக்கவே செய்தது. ஆனால், இப்போது என் மகள் மாசாமாசம் கேர்ஃப்ரீ பயன்படுத்தி மகிழ்ச்சியோடு இருப்பதைப் பார்த்ததும் எனக்குப் பூரண நம்பிக்கை ஏற்பட்டு விட்டது. தேவையான சானிடரி பாதுகாப்புக்கும், அசம்பாவிதம் எதுவும் நடக்காமல் தடுக்கவும் சானிடரி நாப்கின் பெரிதாக, கனமாக இருக்க வேண்டும் என்று நான் எண்ணி வந்தது தவறு என்பது இப்போது விளங்குகிறது.

கேர்ஃப்ரீ உபயோகிப்பதால் சுகமாகவும் பாதுகாப்பாகவும் உணர்வதாக என் மகளே சொல்கிறாள். பயமின்றி, கவலையின்றி வெளியே சுற்றவும் முடிகிறது என்றும் கூறுகிறாள். அப்பாடா! எனக்கு ஒரு கவலை விட்டது.

கேர்ஃப்ரீ பயன்படுத்துவதில் சிரமமோ சிக்கலோ எதுவுமே கிடையாது. இதனாலேயே என் மகளுக்கு எந்த விதமான பிரச்னையும் இல்லை. அதைக் குறித்து நான் சந்தோஷப்படுகிறேன்.

எனக்குக் கிடைக்காத ஒரு சுதந்திரமும் பாதுகாப்பும் கேர்ஃப்ரீ மூலம் என் மகளுக்குக் கிடைத்திருப்பதைப் பார்த்துப் பூரிப்படைகிறேன். ஒரு பெண்தான்—அதுவும் ஒரு அன்னைதான்—என்னுடைய மன உணர்வுகளைச் சரியாகப் புரிந்துகொள்ள முடியும்.

காலத்தோடு நாமும் மாறியாக வேண்டும். அதுவும் நமக்கு அதிக சுதந்திரமும் பாதுகாப்பும் தருகிற கேர்ஃப்ரீ வடிவிலே அந்த மாற்றம் இருக்குமானால், அதை நாம் வேண்டாம் என்று ஒதுக்குவானேன்?



கிடைக்கிறது. 10 உள்ள பேக் மற்றும் சிக்கனமிக்க 20 மற்றும் 30 உள்ள பேக்குகளிலும்.

தவிரவும் கிடைக்கிறது. கேர்ஃப்ரீ எக்ஸ்ட்ரா லார்ஜ் 10 உள்ள பேக்கில்

கேர்ஃப்ரீ சானிடரி நாப்கின்கள்—பூரண சுகம், பரிபூரண பாதுகாப்பு—மாறுகின்ற காலத்துக்கேற்ற மகத்தான வசதி.

Johnson & Johnson

OBM/6746/R/TAM

திருமண மலர்

• Alliance for Kausika, Uttiratathi, Vadama 33, Graduate Bank employed Girl. Reply with Horoscope to Box No. 3697.

• Wanted decently employed Iyer Grooms for Kerala Iyer Girls aged 32-36 Graduate employed. Early Marriage. Send details with Horoscope to Box No.3698.

• Wanted decently employed well settled Brahmin Grooms above 42 with independent progressive views for technically qualified self-employed Vadagalai Iyangar Haritha Bride 38/155 from respectable family. No dowry. Simple Marriage. Apply to Box No.3699.

• Alliance for Iyer, Koundinya 6'/C.A./3500/31, middle class family Boy having white patches, not visible. Reply with Horoscope to Box No. 3700.

• Alliance invited for Palghat Iyer Boy Srivatsa Gothram, Vadama, Karthigai, SSLC, 30, 5' 4", employed in Bombay drawing Rs. 1700 p.m. owning a flat, Shuddha Jadhakam. Subsects no bar. Apply with Horoscope to Box No. 3701.

• Alliance invited from charming, healthy, educated Girls from respectable Brahmin families only for a Tamil Hindu Yadava Graduate 32 years/168 cms. Central Government employed. Girl is the only consideration. Box No. 3702.

• Solia Vellala Pillai — wanted, very fair, beautiful Graduate Bride — 22/160 for a fair, handsome, brilliant, Post-Graduate, Electronics Engineer, 28/170. Central Govt. Undertaking Rs. 3000/-. Box No. 3703.

• BHEL, Trichy Engineer, Pallan 32/164 seeks alliance from, good looking, employed/Graduated Girls below 26 with moderate Colour. Caste and Religion no bar. No dowry expectation. Box No. 3704.

• Wanted Bank employed Girl, preferably SBI 20-24 years for Central employed Graduate 26/165/1600 Tirunelveli Saiva Pillai groom in Chingleput Region. Caste no bar. Vegetarian preferred. Send Horoscope. Box No. 3705.

• Alliance invited from parents of well-to-do family for Central employed 24/1600 Kannada Madhva Boy (Dip) Star Bharani. Chingleput Region. Graduate Bride preferred. Box No. 3706.

• Alliance invited from well placed Groom for 24 Manai Telugu Chettiar Girl, 31/153, 8 Veedu, Post-Graduate, Assistant Professor, Pleasing personality, Moolam. Horoscope optional. Caste no bar. Box No. 3707.

• Alliance invited from Tamil Vellala Pillai (Non-Veg.) Bride of respectable family and preferably employed (transferable to Kerala after marriage) for Central Government employee (29/169/1000) at Cochin; Simple and early marriage. Reply with horoscope and full family particulars to Box No 3708.

• Wanted beautiful unorthodox Bride below 25 for Bank Officer 27/159/2400. Caste no bar. Early simple marriage. Contact Manohar, B/62, Central Apartments, Dayaldas Road, Vile Parle (East), Bombay-400 057.

• Very well-to-do, highly educated Journalist from a respectable Tamil family in his fifties wants a life-companion. Poor, orphan, or deserted Hindu Girls who needs affectionate and comfortable life may confidentially write with full details to Box No. 3709.

• Alliance invited from employed Girls for Boy B. Sc., age 26, employed in Nationalised Bank, Own house in Madras city Inter-Caste parentage. Vegetarian. Box No. 3710.

• Alliance invited from decently employed or well settled Hindu Tamil Vegetarian Boys between 30 and 35 years for fair smart well trained home loving Graduate Girl. Age 27 years, height 165 cms. Star Kirthika. Parents, father Vellala, mother Brahmin. Reply to Box No. 3711.

• Alliance for Seerkaruneegar Bride, Graduate, Twenty-Nine, Reply with horoscope. Box No. 3712.

• Bride for Hindu Nadar P. G. Govt. Teacher 165 cms/37/Rs. 1500 p. m. Divorcee. No encumbrance. Early and simple marriage. Box No. 3713.

• Wanted decently employed Bridegroom for Vasishta/ Thiruvonam/Girl aged 24. B.Com., Domestically well trained. Passed English Typewriting Higher. Tamil Type Higher. English Shorthand Inter. Father Madhva Desistha, Mother Vadakalai Iyengar. Box No. 3714.

• Alliance invited for 35 years Tamil Iyer Girl S.S.L.C., stenographer. Groom should be aged between 37 and 43 and without parents. Girl never work after marriage. Apply Box No. 3715.

• Wanted 24 Manai Telugu Chettiar (8 Veedu) Coimbatore based Assistant Professor Bride for 31 years old Bride Groom of same profession. Inform immediately with horoscope and Kulam to Box No. 3716.

• Bride employed Central/State/Bank for Velnadu Boy, Graduate, Koundinya, Vishakam, 28 years/165 cm. Own Industry, Industrial Estate, Trichy Sub-sect no bar. Box No. 3717.

• Bridegroom employed/ Business for Nadar Christian R.C. Girl, Graduate, aged 27 years/154 cm. medium built, fair, domestically well trained. Hindu Nadars acceptable. S.S.L.C. Boys employed acceptable. Box No. 3718.

• Non-Kasyapa alliance for Iyer Boy Assistant in Cement Industry, Anusham age 30/172/1300/ Graduate Transferable employed to Trichy preferred. Box No. 3719.

• Alliance invited from Vadagalai non shada Marshna Bridegroom for Vadagalai/ Iyengar Graduate Girl 24/160 cms. Working in Southern Railways. Salary Rs. 1100/- per month. Star Ayilyam 2nd patham) Box No. 3720.

• Alliance invited from only good-looking Girls for Vadama widower 32. No dowry. No encumberance. Salary Rs. 2100/-. Box No. 3721.

• Suitable match required for Vadama Kaundinya, slim, beautiful well natured Girls (i) 36 yrs. 150 cms, fair and (ii) wheat complexioned 33 yrs 160 cms. Graduate. Contact with details for decent simple marriage. Box No. 3722.

• Non-Kaundinya employed Bride for Brahacharanam Graduate 30/170 employed in a leading English daily. Drawing Rs. 1300/- p.m. Sub-sects acceptable. Reply to Box No. 3723.

• Wanted suitable tall beautiful Bride from respectable family for Hindu handsome propertied Post Graduate Government Officer, 32/165/4500, Caste no bar, Girl main consideration. Reply to Box No. 3724.

• இந்து A.D. வயது 31 மா.வ. 1000/— எஸ்.எஸ். எல்.சி. இரண்டு ஆண் குழந்தைகள் உள்ள தாரமிழந்த. பிரச்னைகள் இல்லாதவர். (முதல் மனைவி தெலுங்கு நாயுடு.) நல்ல குடும்பப்பாங்கான அழகான, எஸ்.எஸ்.எல்.சி. வரை படித்த குழந்தைகளை அன்புடன் நடத்தக்கூடிய மணமகள் தேவை. வயது 28 க்குள் உடனடியாக பதிவுத் திருமணம். விருப்பம் உள்ளவர்கள் விண்ணப்பிக்கவும். வரதட்சணை சீர் தேவை இல்லை. பெட்டி எண்: 3725.

• ஸ்மார்த்த தமிழ் வடமாள் காஸ்யபம் பிராமணன் வடாற்காடு. உத்திரம் 4. சிகப்பு நிறம். உயரம் 5' 2'' தனியார் துறையில் சம்பளம் 400/— மணமகளுக்கு அரசாங்கம், தனியார் துறை கம்பெனி, பேக்டரியில் நிரந்தர வேலை செய்யும் 35/40 வயது பிராமண மணமகள் தேவை. ஐயரில் எந்த உட்பிரிவும் சம்மதம். குடும்ப விவரத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3726.

• சென்னை வன்னிய குல க்ஷத்திரியர் (பி.ஏ.) 29. குடும்ப நிர்வாகத் திறனுடைய சிவப்பு, அழகான 5' 3'' குடும்பப் பெண்ணுக்குச் சென்னை, சுற்றுப்புறங்களில் அதே இனத்தில் பி.ஏ., டிப்ளமா, வங்கிப் பணி, மத்திய மாநில அரசு பணியிலுள்ள பட்டதாரி வரன் தேவை. ஜாதகம் முக்கியத்துவமில்லை. பெட்டி எண்: 3727.

• மாநில அரசில் ரூ 1300/— ஊதியம் பெறும் (பி.ஏ. முடிக்காத) 30 வயதுள்ள ஆதி திராவிட இனத்தைச் சேர்ந்த மணமகனுக்கு, அதே இனத்தில் நல்ல குடும்பத்தில் அழகுடைய 24 வயதுக்குட்பட்ட குடும்பப்பாங்கான எஸ்.எஸ்.எல்.சி. அல்லது பி.யு.சி. வரை படித்த மணப் பெண் தேவை. விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3728.

• வன்னிய குல க்ஷத்திரியர், நாயக்கர் வயது 25, 5' 4'' மெட்ரிகுலேஷன், சென்னையில் ஐ.எஸ்.ஐ. அரசு அலுவலகத்தில் லேப்ரேரியன். மாத வருமானம் ரூ 750/— இதே வகுப்பைச் சேர்ந்த 23 வயதுக்குட்பட்ட படித்த அழகான மணமகள் தேவை. வேலைக்குச் செல்லும் பெண்ணிற்கு முக்கியத்துவம் தரப்படும். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3729.

• இந்து மணமகன், 37 வயதுக்கு மேல், படித்த. அரசு-சுய தொழில் உள்ள, பரந்த மனப்பான்மை கொண்ட வரன், தாரம் இழந்தவரும் விண்ணப்பிக்கலாம். மணப் பெண் செட்டி வகுப்பு, கான்வென்ட் டீச்சர், அழகு, குணம் வசதியுள்ளது. சகல விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். ஜாதி பேதம் இல்லை. பெட்டி எண்: 3730.

• பெண் ஆத்ரேய கோத்ரம் பிரஹசரணம் புனர்பூசம், 22 வயது, 5 அடி மாநிறம் எம்.ஏ. பாங்க் வேலை, வரதக்ஷிணை வாங்காத 29 வயதுக்குட்பட்ட இன்ஜினியர், சி.ஏ., பி.ஜி., எம்.பி.ஏ. மணமகன் தேவை. ஜாதகம் விவரங்களுடன் எழுதுக: **A.S. Vedanarayanan, A-7, Sanchar, Prabhadevi Telephone Quarters, Bombay 400 028.**

• நல்ல வருமானமும் சொத்துமுள்ள 31 வயது ஆத்ரேய ஐயங்கார் டாக்டருக்கு 26 வயதுக்குக் கீழுள்ள, சிவந்த, லட்சணமான வேலைக்குச் செல்லாத, குடும்பப்பாங்கான வசதியுள்ள நல்ல குடும்பத்துப் பட்டதாரி பெண் தேவை. முழு விவரங்களுடன் ஜாதகம் அனுப்பவும். பெட்டி எண்: 3731.

• வடமாள், ஆத்ரேய, விசாகம், வயது 33, எஸ்.எஸ். எல்.சி. தட்டெழுத்து ஆங்கிலம் தமிழ் இரண்டிலும் தேர்ச்சி, பாலசேவிகா ஆக பணிபுரியும் பெண்ணுக்கு சர்க்கார், தனியார் கம்பெனியில் நிரந்தர உத்தியோகத்தில் இருக்கும் மணமகன் தேவை. வரதட்சணை இல்லை. எளிய முறையில் கல்யாணம். பெட்டி எண்: 3732.

• இந்து துளுவ வெள்ளாளர் வகுப்பைச் சேர்ந்த தந்தைக்கும் வெள்ளாள கிறிஸ்துவ பெண்ணாகப் பிறந்து இந்துவாக மதமாற்றம் பெற்ற தாய்க்கும் (இருவரும் அரசு பணியாளர்கள்) எம்.ஏ.பி.எட். படித்துள்ள 4.6.62 ல் பிறந்த தனியார் பள்ளியில் பணியாற்றும் நல்ல குணமுள்ள பெண்ணுக்கு செவ்வாய் தோஷமுள்ள பட்டதாரி வரன்கள் தேவை. பெட்டி எண்: 3733.

• சொந்த வருமானமுள்ள 33 வயது மௌத்கல்ய கோத்திர மாத்வ யுவகனுக்கு லக்ஷணமான குமாரி 25 வயது பிராம்மண பெண் தேவை. சங்கீதத்திலோ நர்ஸரி பயிற்சி அல்லது தொழில் நுட்ப பயிற்சி இருந்தால் உசிதம். எளிய திருமணம். விவரங்களுடன் ஜாதகம் அனுப்பவும். பெட்டி எண்: 3734.

• பிரஹசரணம், கபி கோத்திரம், ரோகிணி நட்சத்திரம், அரசினர் மேல்நிலைப் பள்ளியில் பணியாற்றும் எம்.எஸ்சி, பி.எட். படித்த மாதச் சம்பளம் ரூ 1600/— பெறும் 28 வயது 5' 9'' உயரமுள்ள பையனுக்கு அதே பிரிவில் மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 3735.

• திருநெல்வேலி சைவப் பிள்ளை தமிழக அரசுப் பணியில் இருக்கும் 33 வயது பெண்ணிற்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த 38 வயதுக்குள்ளான மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 3736.

• தென்கலை ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம் மூலம் வயது 32 நல்ல தோற்றமுள்ள பி.எட்., பட்டதாரி, ஆந்திராவில் ஆசிரியப் பணி புரிபவர். பணியிலுள்ள அல்லது இல்லாத பட்டதாரிப் பெண் தேவை. வரன் கலியாணமான 3 மாதத்தில் மனைவியின் மூளைக் கோளாறால் டைவர்ஸ் பெற்றவர். பெட்டி எண்: 3737.

• யாதவர். அனுஷ நட்சத்திரம். எல்.ஐ.சி. ஆஃப் இந்தியாவில் வேலை பார்க்கும் 33 வயது 180 செ.மீ. யாதவர் இனத்தைச் சேர்ந்த வேலை பார்க்கும் (அல்லது) வேலை இல்லாத குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் பாதகமில்லை. முழு விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3738.

• சோழிய வேளாளர், 27 வயது, எஸ்.எஸ்.எல்.சி. வரை படித்துள்ள செவ்வாய் தோஷமுள்ள பையனுக்கு அதே இனத்தில் பெண் தேவை. சொந்த வியாபாரமும், சொந்த வீடும், சென்னையில் உள்ளது. மாத வருமானம் ரூ 3000/—க்கு மேல். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3739.

• வடகலை ஐயங்கார், பாரத்வாஜ கோத்திரம், ஹஸ்த நட்சத்திரம், எஸ்.எஸ்.எல்.சி. ஆங்கிலம், தமிழ்

தட்டெழுத்து, தமிழ் சுருக்கெழுத்து, T.T.C. தேறிய 24 வயது பெண்ணிற்கு அரசாங்கத்திலோ அல்லது தனியார் நிறுவனத்திலோ நல்ல உத்தியோகத்திலுள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 3740.

* வன்னிய குல க்ஷத்திரியர் குடந்தை கோட்ட தொலைபேசி துறையில் மாதம் ரூ 1000 ஊதியம் பெறும் 29 வயதுடைய காது கேளாத பட்டதாரி இளைஞனுக்கு அதே இனத்தில் நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த நற்பண்புகளுடைய படித்த 23 வயதுக்குட்பட்ட பதிவுத் திருமணம் செய்வதில் விருப்பமுடைய மண மகள் தேவை. பெட்டி எண்: 3741.

* செங்குந்த முதலியார் வகுப்பைச் சார்ந்த தார மிழந்தவருக்கு (மாதம் 3400 சம்பளம், மூன்று லட்சம் சொத்து இரண்டு பையன்கள் உண்டு) அதே வகுப்பைச் சார்ந்த 35 வயதுக்கு மேற்பட்ட அன்பும் பண்பும் அழகும் உள்ள பெண் தேவை. உட்பிரிவு எதுவாயினும் சம்மதம். மேற்கொண்டு குழந்தை பெற வாய்ப்பு இல்லை. பெட்டி எண்: 3742.

* வெள்ளாளர் இனம், (மாநிறம்) குடும்பப்பாங்கும், நல்ல குடும்பத்தையும் சேர்ந்த 28 வயது, வேலை பார்க்கும் 5' 4'' உள்ள கிறிஸ்டியன் பிராடஸ்டன்ட் பெண்ணிற்கு அதே இனம் அல்லது வேறு பிரிவைச் சார்ந்த, படித்த, நிரந்தர வேலையுள்ள, நல்ல குடும் பத்தைச் சார்ந்த மணமகன் தேவை. முழு விவரங்களு டன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 3743.

* ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம் பிரஹசரணம், சித்திரை நட்சத்திரம் 1960, பி.யு.சி வரை படித்த வேலைக்குப் போகும் திறமையுடைய, செவ்வாய் தோஷமுள்ள குடும்பத்தை நன்கு நிர்வகிக்கும் திறமையான பெண் ணிற்கு. அதே இனத்தில் அரசு வங்கி மற்றும் நல்ல வேலையில் இருக்கும் செவ்வாய் தோஷமுள்ள பையன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3744.

* சோழிய வேளாளர், பி. காம் வயது 27, தனியார் கம்பெனியில் மாதம் 1000 ரூ வருமானம், தஞ்சையில் நிலபுலன்கள், திருச்சியில் வீடு, சகோதரிகள் இல்லாத உயரமான மணமகனுக்கு, அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த அழகான படித்த உயரமான சிவந்த நிறமுள்ள பெண் தேவை. ஜாதகம் தேவையில்லை. பெட்டி எண்: 3745.

* கம்மவார் நாயுடு இனப் பெண் அரசாங்க உத்தி யோகத்தில் ரூ 800/— மாத வருமானம் உள்ள வரனுக்கு அதே இனத்தில் வேலை பார்க்கும் பையன் தேவை. பெண் வயது 25. பெண்ணிற்கு ஒரு கால் ஊனம். படித்து வேலையில்லாமல் இருந்தால் வேலை வாங்கிக் கொடுத்து கல்யாணம் செய்துத் தரப்படும். தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண்: 3746.

* வயது 29, வடமாள், சிவப்பு நிறம், அழகான பையன், கெட்டிக்காரன், மிகவும் நல்ல குணம், நல்ல நடத்தை, கல்யாண சமையல் வேலை, பூர நக்ஷத்திரம், நைத்ருவ காசியப கோத்திரம். இந்த பையனுக்கு மண மகள் தேவை. பிராமண ஜாதியில் எந்த உட்பிரிவும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 3747.

* துளுவ வேளாள முதலியார், பி.காம், வயது 31. சொந்த வியாபாரம், செல்வந்தர் உயரம் 5 அடி 6 அங்குலம். மாநிறம், சித்திரை நட்சத்திரம். விவாஹ ரத்தானவர், குழந்தைகள் கிடையாது. அழகும், குண மும் உள்ள பெண் தேவை. பிறந்த தேதி:28.9.54. ஜாதகம், மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். ஸ்ரீ ஸப்தகிரி, 140, கோட்டூர் ரோடு, பாளையங்கோட்டை, திருநெல்வேலி 627 002.

* ராஜீ வகுப்பைச் சேர்ந்த 8 வது வரை படித்த 21 வயது மணமகளுக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த / தெலுங்கு வகுப்பைச் சேர்ந்த நல்ல வேலையில் உள்ள / சொந்தத் தொழில் செய்யும் வரன் தேவை. சுமாரான முறையில் திருமணம் செய்துத் தரப்படும். பெட்டி எண்: 3748.

* சோழிய வெள்ளாளர் வகுப்பைச் சேர்ந்த 31 வயதுள்ள பி.எஸ்ஸி, ஏ.எஃப்.ஐ.ஐ. படித்து மத்திய அரசாங்க நிறுவனத்தில் வேலை பார்த்து வரும் மண மகனுக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த பட்டதாரிப் பெண் தேவை. வேலையில் இருப்பது நலம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3749.

* தென்கலை அய்யங்கார் கௌஸிக கோத்திரம். ஆயில்ய நட்சத்திரம். 23 வயதுடைய பி.எஸ்ஸி படித்துத் தபால் இலாகாவில் கிளார்க் வேலையில் உள்ள மிகவும் அழகான பெண்ணிற்குத் தகுந்த வரன் தேவை. வடகலையும் வரவேற்கின்றோம். சிறப்பான முறையில் திருமணம் செய்து கொடுக்கப்படும். விவரங் களுக்கு ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 3750.

* காரிக்கிய கோத்திரம். சித்திரை நட்சத்திரம், 50 வயதுடைய வடகலை அய்யங்காருக்கு இரண்டாம் தார மாக மணமகள் தேவை. சிக்கனமாக கோவிலில் திருமணம். வியாபாரத்தின் மூலமும் சொத்துக்களின் மூலமும் மாத வருமானம் 1500 ரூபாய். எந்தவித வில்லங்கமும் கிடையாது. அம்மா ஊனமுள்ள பெண், விதவைகள் 45 வயது வரை உள்ள பெண்களும் எழுதலாம். விவரங்களுக்கு பெட்டி எண்: 3751.

* தென்கலை அய்யங்கார், கௌஸிக கோத்திரம், சித்திரை நட்சத்திரம் 24 வயதுடைய எம்.எஸ்ஸி படித்து பாங்கில் கிளார்க் வேலையில் உள்ள அழகான பெண்ணிற்குத் தகுந்த வரன் தேவை. சிறப்பான முறை யில் திருமணம் செய்து கொடுக்கப்படும். விவரங் களுக்கு ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 3752.

* வாதுல கோத்திரம், ரேவதி நட்சத்திரம் பி. காம் படித்து பாங்க் ஆபீஸர் வேலையில் 3200 ரூபாய் சம்பளம் வாங்கும் 30 வயதுடைய வடகலை அய்யங் கார் பெண்ணிற்கு தகுந்த வரன் தேவை. விமரிசை யாகத் திருமணம் செய்து கொடுக்கப்படும். தென்கலை யும் வரவேற்கின்றோம். ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 3753.

* சவுரா நாயுடு பெண்; வயது 25; படிப்பு பி.யு.சி., வங்கியில் ரூ 1300 பெறும் அழகுடைய பெண்ணுக்கு அதே ஜாதியில் 30 வயதுக்குள் அரசுப் பணியில், வங்கிப் பணி, டாக்டர், என்ஜினியர் அல்லது சொந்தத் தொழில் புரியும் அழகுள்ள வரன் தேவை. நல்ல முறையில் சீர் செய்யப்படும். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3754.

* ஸ்ரீவத்ஸ கோத்ரம், பாங்க் வேலையில் இருக்கும் பட்டதாரி வடகலை பிரிவைச் சேர்ந்த அழகான 31 வயது பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையிலுள்ள, நிகரான, கௌரவமான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. ஜாதி மத பேதமில்லை. கோவை மாவட்டத் திலேயே செட்டில் ஆக விரும்புபவராக இருந்தால் நல்லது. பெட்டி எண்: 3755.

* மாத வருமானம் 900/— அரசு வேலை நிரந்தரம். வயது 33, படிப்பு பி.யு.சி. முதலியார் இனத்தைச் சார்ந்தவர் இவருக்கு இதே வகுப்பைச் சேர்ந்த வேலைக் குச் செல்லும் பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண்: 3756.

திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்ய கட்டணம் ரூ 30/— தொகையை ''மங்கையர் மலர்'' என்ற பெயருக்கு போஸ்டல் ஆர்டராகவோ அல்லது சென்னையில் உள்ள ஏதாவது ஒரு பாங்கில் மாற்றக் கூடிய டிமாண்ட் டிராப்டாகவோ அனுப்ப வேண்டும். ஒரு விளம்பரத்தில் ஒரு வரனுக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தரவேண்டும். பதில் அனுப்புபவர்கள் "விளம்பரதாரர் பெட்டி எண்..... C/o. மங்கையர் மலர், கிண்டி, சென்னை — 600 032 என்ற விலாசத்துக்கு அனுப்பவும். தனிப்பட்ட கடிதப் போக்குவரத்து கிடையாது.

* ஸ்ரீவஸ்ய கோத்திரம், வடமான் சுவாதி, 34/5' 4''/ரூ. 1300, பெங்களூரில் வேலையிலுள்ள வரனுக்கு லட்சணமான நல்ல குடும்பப்பாங்கான வேலையிலுள்ள (அல்லது) மாற்றல் வாங்கி வரக்கூடிய (அல்லது) சங்கீதம் (வாய்ப்பாட்டு/வீணை) தெரிந்த மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணபிக்க: **T.V. Ramanatha Iyer, 511, Corporation Colony, 29th 'A' Main Road, IX Block East, Jaynagar, Bangalore 560 069.**

* 28 வயதான வாணிய செட்டியார் இனத்தைச் சேர்ந்த எம்.ஏ. பி.எட்., படித்த மாநில அரசில் பணி புரியும் பெண்ணுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த மத்திய, மாநில, வங்கிகள், மற்ற பணிகளில் பணி புரியும் வரன்கள் ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3757.

* சோழிய வெள்ளாளர் எம்.ஏ. பட்டதாரி, 165 செ.மீ. உயரமும் 39 வயதுடைய விவாகரத்தான, மாதம் 2500/— சம்பாதிக்கும் தமிழக அரசு அதிகாரிக்கு அதே வகுப்பைச் சார்ந்த அழகும் குணமும் உள்ள பட்டதாரிப் பெண் தேவை. மணமகன் ஓரளவு வசதியான குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3758.

* சௌராஷ்டிரா சாலிய ரிஷி கோத்திரம் 31 வயது 160 செ.மீ. பட்டதாரி தனியார் துறையில் வேலை செய்யும் அழகும் குணமும் உள்ள பையனுக்கு அதே பிரிவைச் சேர்ந்த வேலை பார்க்கும் குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் முழு விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3759.

* செங்குந்த முதலியார், அரசு வேலை, மாத வருமானம் 1200/— வயது 31, 5' 2,'' படிப்பு பி.யு.சி. மேற்கண்ட வரனுக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த படித்த வேலையிலுள்ள மணமகள் தேவை. சமமான வகுப்பைச் சேர்ந்தவரும், கலப்பு மண தம்பதியினரின் பிள்ளைகளும் ஊனமுற்றவராயினும் விண்ணப்பிக்கலாம். வரனுக்கு எந்தக் குறைகளும் இல்லை. பெட்டி எண்: 3760.

* 'திவோலி-தெலுங்குபிராமின், காசியபகோத்திரம். மிருகசீரிட நட்சத்திரம். வயது 29. கூட்டுறவு துறையில் வேலை பார்க்கும் பி. காம் படித்த பையனுக்கு (செவ்வாய் தோஷமுண்டு) நல்ல குணமுள்ள, குடும்பப் பொறுப்புள்ள மணமகள் தேவை. ஜாதக விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்க: சாரதாம்பாள், 3, அக்ரஹாரம் தெரு, மணப்பாறை, திருச்சி ஜில்லா.

* 41 (4.5.1945) வயது உள்ள எஸ்.எஸ்.எல்.சி. படித்த குடும்பப்பாங்கான வடகலை கௌண்டின்ய கோத்ர திருவோண நக்ஷத்திரப் பெண்ணுக்கு வரன் தேவை. குழந்தைகள் இல்லா இரண்டாந்தாரம் பரவாயில்லை. ஜாதகம் முழு விவரத்துடன் அணுகவும். பெட்டி எண்: 3761.

* காசிப கோத்திரம், பிரஹசரணம், ஐயர், வயது 22, திருவாதிரை 5 அடி 1 அங்குலம், + 2 டைப் ஹையர், மாநிறம், வேலைக்குப் போகாத பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையில் உள்ள பிராமண வரன் தேவை. நல்ல முறையில் திருமணம் செய்யப்படும். ஜாதக, குடும்ப விவரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 3762.

* சோழிய வெள்ளாளப் பையன் வயது 33. பி.காம் (எம்.காம்.) படித்து போக்குவரத்துத் துறையில் நிரந்தரப் பணியில் மாதம் ரூ 1000/— சம்பாதிக்கும் ஹஸ்த நக்ஷத்திரப் பையனுக்கு அதே சமூகத்தைச் சேர்ந்த 28 வயதுக்கு மேற்படாத அழகிய குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. மணமகள் பட்டதாரியாக இருப்பது வரவேற்கப்படும். வேலையில் இருப்பது அவசியமில்லை. தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி: K. கிருஷ்ணன் பிள்ளை, 11, கொல்லமேட்டுத் தெரு, சின்னக் கடை வீதி, திருச்சி—2.

* இந்து ரெட்டியார், சொத்துள்ள தனியார் துறையில் ரூ 700 மாத வருமானம், பி.எஸ்ஸி வயது 25 வரனுக்கு அதே இனத்தில் மணமகள் தேவை. இளம் விதவைகளும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 3763.

* ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், வடமான், மூல நக்ஷத்திரம் 31 வயது பட்டதாரி, சொந்தத் தொழில் உயரம் 175 செ.மீ. உள்ள மணமகனுக்கு படித்த குடும்பப்பாங்கான லக்ஷணமான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடனும் இதர குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3764.

* மணமகள் இந்து நாடார், நிறம் சிவப்பு, வயது 25, படிப்பு எஸ்.எஸ்.எல்.சி. உயரம் 4' 10''. மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 3765.

* பிரஹசரணம் பாரத்வாஜ கோத்ரம் ரோகிணி நக்ஷத்திரம் 26 வயதும் 160 செ.மீ. உயரமும், எஸ்.எஸ். எல்.சி. படித்த பெண்ணிற்கு தமிழ்நாட்டில் நல்ல குடும்பத்தில் நிரந்தர உத்தியோகத்திலுள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். விளக்கமான குடும்ப விவரத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3766.

* வயது 29, வேலை மத்திய அரசில் மாதம் ரூ.1300/— படிப்பு எஸ்.எஸ்.எல்.சி. உயரம் 5' 4'' பூரம் நட்சத்திரம் இந்து நாயர் சிவப்பு நிறம் அழகான கட்டுடல் கொண்டவரும், வீட்டிற்கு ஒரே மகன், சொந்த வீடும் உள்ள இளைஞருக்கு 25 வயதுக்குட்பட்ட குடும்பப்பாங்கான நல்ல அழகுள்ள மத்திய/மாநில அரசில் பணிபுரியும் பெண் அல்லது வேலை பார்க்க கல்வித் தகுதியுள்ள பெண் தேவை. இந்து நாயராக இருந்தால் உத்தமம். வேறு ஜாதியினரும் அணுகலாம். ஜாதகம், குடும்ப விவரத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும்: ந. புருஷோத்தமன், No. 38/6, இந்திரா நகர், அடையாறு, சென்னை—600 020.

* வடமான் சாண்டில்ய கோத்ரம் பூரம் 34 வயது எஸ்.எஸ்.எல்.சி. டைப்பிங் பாஸ் செய்த அழகான பெண்ணுக்கு 40 வயதுக்குள் நிரந்தர உத்யோகத்திலுள்ள வரன் தேவை. இப் பெண்ணின் சகோதரன் ரோகிணி 38 வயதுள்ள தேசிய பாங்கில் ஆபீசராக சென்னையில் பணிபுரியும் வரனுக்கு அழகான பெண் தேவை. சட்டப்படி விவாஹரத்து செய்தவர். பெண் கொடுத்து பெண் எடுக்கவும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 3767.

* ஆத்ரேய கோத்ரம், ரோகிணி நக்ஷத்திரம், வடகலை, அரசு அங்கீகாரம் பெற்ற பள்ளிக்கூடத்தில் இடைநிலை ஆசிரியராக நிரந்தரமாக பணிபுரியும் 34 வயது, 5.4 அடி உயரமுள்ள பெண்ணிற்கு, அரசாங்கத்தில் நிரந்தரமாக பணிபுரியும் பட்டதாரி, வடகலை பையன் தேவை. பெட்டி எண்: 3768.

* காசிப கோத்திரம், பூரட்டாதி நக்ஷத்திரம், பட்டதாரி (பி.எஸ்ஸி) அரசு அங்கீகாரம் பெற்ற நிறுவனத்தில் நிரந்தர பணிபுரியும் 24 வயது, அஷ்ட ஸஹஸ்ரம், 5½ அடி உயரமுள்ள பையனுக்கு நிரந்தர பணிபுரியும் பட்டதாரிப் பெண் தேவை. பையனுக்கு சொந்த வீடு உள்ளது. தாய், தந்தையர் இல்லை. மூத்த இரு சகோதர, சகோதரிகள் திருமணமாய் உள்ளனர். விவரங்களுக்கு அணுகவும். பெட்டி எண்: 3769.

* நல்ல முகபாவமும், லட்சணமும் பொருந்திய அரசுடைமையாக்கப்பட்ட வங்கியில் பணிபுரியும் 26 வயது தெலுங்கு யாதவா பெண்ணுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ள, நல்ல தோற்றமும் உடைய பட்டதாரி வரனிடம் இருந்து விண்ணப்பங்கள் வரவேற்கப்படுகிறது. பெட்டி எண்: 3770.

* வடமான், பாரத்வாஜம், வயது 33, மாதம் ரூ 550/— சம்பாதிக்கும் கார்மெண்ட் எக்ஸ்போர்ட் கம்பெனியில் சூபர்வைஸர் ஆக வேலை செய்யும் மாநிறமான செவ்வாய் தோஷமுள்ள பெண்ணிற்கு தகுதியான மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 3771.

* மருத்துவம் (எம்.பி.பி.எஸ்.) படித்த கபி கோத்திரம், சுவாதி நட்சத்திரம், பிரஹசரணம், வயது 24, உயரம் 160 செ.மீ. பெண்ணிற்கு ஏற்ற மணமகன் (டாக்டர், இன்ஜினியர், சயன்டிஸ்ட், உயர் படிப்பு) தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண்: 3772.

• வடமான், வடாற்காடு, கௌண்டின்ய கோத்ரம், அவிட்டம் நட்சத்திரம், 33 வயது, 5' உயரம், சிவப்பு நிறம், இசையில் நாட்டமுள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு, ஏற்ற மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3773.

• நைத்ருப காச்யப வடமான் அய்யர் பட்டதாரி பெண்ணிற்கு வடமான்/பிரகசரணம் மணமகன் தேவை. பெண் டெல்லியில் மத்திய சர்க்கார் அலுவலகத்தில் வேலை. திருவோணம். வயது 37½ உயரம் 5'. ஜாதகத்துடன் விவரம் எழுதவும். பெட்டி எண்: 3774.

• சௌராஷ்டிரா குலத்தைச் சேர்ந்த மேஷ ராசி, பரணி நட்சத்திரம் பி.ஏ. படித்த அரசாங்க அலுவலகத்தில் ரூ 1300/– சம்பளத்தில் ஸ்டெனோவாக பணிபுரியும் பெண்ணிற்கு அதே குலத்தைச் சேர்ந்த அரசு பணிபுரியும் பட்டதாரிகள்/வங்கியில் பணிபுரியும் பட்டதாரிகள்/பி.ஈ. பட்டதாரிகள்/நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ள பட்டதாரிகள் 32 வயதுக்கு மேல் 38 வயது உள்ளவர்கள் தேவை. திருமணம் சிறந்த முறையில் செய்து தரப்படும். பெட்டி எண்: 3775.

• கவர நாயுடு வகுப்பைச் சேர்ந்த 28 வயது பெண், எம்.ஏ., எம்.எட். சென்னையில் தனியார் பள்ளியில் ஆசிரியையாக உத்தியோகம். சம்பளம் ரூ 1250/– உயரம் 160 செ.மீ. ஆயில்யம் இரண்டாம் பாதம். நல்ல ஆரோக்கியம். நல்ல உத்தியோகத்திலுள்ள ஆரோக்கியமான, அதே வகுப்பைச் சார்ந்த மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 3776.

• பூந்தமல்லி முதலியார், அசைவம், சென்னைவாசி சிவப்பு, அழகான குடும்பப் பெண் 30/31. பி.யு.சி. 5' 1" பெண்ணுக்கு சென்னை, சுற்றுப்புறங்களில் முதலியார் இனத்தில், மத்திய, மாநில அரசுப் பணி, தனியார் நிறுவனங்கள், தனித் தொழில், விவசாயம் புரியும் வரன் தேவை. பெட்டி எண்: 3777.

• நைத்ருப காச்யப வடமான் அய்யர் பட்டதாரிப் பெண்ணிற்கு வடமான்/பிரகசரணம் மணமகன் தேவை. பெண் வேலையில் இல்லை. மகம், வயது 35, உயரம் 5'. ஜாதகத்துடன் விவரம் எழுதவும். பெட்டி எண்: 3778.

• ஹரித கோத்திரம், வடமான் சுவாதி நட்சத்திரம் 32 வயது தனியார் நிர்வாகத்தில் மாதம் ரூ 500 சம்பளத்தில் இருக்கும் பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையில் உள்ள ஐயர் பையன் தேவை. பெட்டி எண்: 3779.

• Alliance invited from good-looking Girls; well up in house-hold work. Tamil Iyer Graduate for Marine Engineer Boy 32 years. Correspond with Horoscope and full details to Box No. 3780.

• Alliance invited for Gavara Naidu, Chemical Engineer, Public sector Executive 28, drawing 2100/- in Andhra Pradesh near Madras. From fair good-looking Girls. Box No. 3781.

• Wanted goodlooking Handsome Nationalised Bank employed Girl for fair Graduate Kousika Vadama Iyer Boy 5' 6½"/29 yrs. Visakham employed in Canara Bank. Reply with Horoscope to Box No. 3782.

•/ Alliance invited for Vadama Bharadwaja Kerala Iyer Groom 35/140 cms/A.C.S./Rs. 3000/-, Karthikai, from employed Graduate Girls below 30 years. Reply to Box No. 3783.

• Wanted handsome young Graduate Bride for respectable Vathima, family Boy Bharadwaja, slim, smart, good-looking, good-complexioned M. Tech. Bombay Engineer 28/178/Rs. 3000 plus perquisites. Swathi. Bio-Data Horoscope to Box No. 3784.

• நைத்ருப காச்யப வடமான் அய்யர் பட்டதாரி பெண்ணிற்கு வடமான்/பிரகசரணம் மணமகன் தேவை. பெண் வேலையில் இல்லை. பரணி. வயது 33½. உயரம் 4' 10" ஜாதகத்துடன் விவரம் எழுதவும். பெட்டி எண்: 3785.

• Alliance invited from financially very well placed ladies without encumbrances for 2 South Indian born, highly US educated divorcees without encumbrances, US Citizens, professionals in Fortys. Caste, widows, divorcees — no bar. Will be flexible on all factors. Medicos welcome. Reply with full details to Ramkrishna, 12000 SW 35 Ter, Miami, FL 33175, U.S.A.

• Alliance invited from Mudaliar Doctors and Engineer grooms for Doctor Girl, 28 years, medium complexion, 5'1" height, well versed in household chores and hails from Arcot Mudaliar family. Early decent marriage. Box No. 3786.

• Alliance invited from a qualified, well employed/Businessmen from respectable family for a Roman Catholic, Naidu, fatherless Girl 29 years, S.S.L.C. fair, slim, moderate complexion domestically trained Caste no bar. Simple marriage. Box No. 3787.

• Wanted suitable alliance from respectful Chozhia Vellalar family for handsome, domestic, unemployed, Graduate (with Dip in Textile Embroidery), Daughter (29) of well educated Chozhia Vellalar family. No dowry but decent traditional regards. Please write with Horoscope to Box No. 3788.

• Wanted a fair, beautiful Graduate Girl from a decent family for Brahacharanam boy, 28/170 cms. Post-Graduate, MBE, Managing Partner & Executive Consultant of theleading consultancy Firm with a turn over of Rs. 2.50 lakhs per year. Haritha Gothram. Father a leading Consultant with properties in the South and in New Delhi. Apply with horoscope to Box No. 3789.

• செங்குந்த முதலியார், உத்திராடம், வயது 31, உயரம் 6 அடி, சிவந்த அழகான தோற்றம் உள்ள பி. எச். இ. எல்லில் சீனியர் எஞ்ஜினியராக பணிபுரியும் மணமகனுக்கு, 5' 4" க்கு மேல் உயரம், பட்டப் படிப்பு, அழகுள்ள பெண் தேவை. விரிவான குடும்ப விபரத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3790.

• குழந்தைகள் மற்றும் எந்தப் பிடுங்கலும் இல்லாத விவாகரத்தான 47 வயதான இளமைத் தோற்றமுள்ள அமெரிக்காவில் எம். எஸ்., எம். பி. ஏ. படித்த வேலையில் உள்ள அமெரிக்கப் பிரஜையான தமிழ் இந்து முதலியார் – பிள்ளை வகுப்பைச் சேர்ந்தவருக்கு டாக்டர் அல்லது நல்ல வசதி உள்ள நாகரிகமான பெண் தேவை. விதவைகள், சாதி, மற்றவைகள் யாவும் முக்கியமல்ல. முழு விபரங்களுடன் எழுதவும். முகவரி: **Ramakrishna, 12000 SW 35. TER, MIAMI, FLORIDA 33175, U.S.A.**

• வன்னியகுல க்ஷத்திரியர், எஸ். எஸ். எல். சி., 5' 1" மாநிறம், குடும்பப் பெண், சென்னை நடுத்தர வசதி தையல் தெரிந்த 30 வயதுப் பெண்ணுக்கு அதே இனத்தில் தனித் தொழில், விவசாயம், வியாபாரம், மத்திய, மாநில அரசு பணியிலுள்ள வரன் தேவை. பெட்டி எண்: 3791.

• அஷ்ட சஹஸ்ரம், பாத நாராயண கோத்திரம், 28 வயது விசாகம், ஒல்லியான, 9 வது வரை படித்துள்ள தாய் – தந்தையற்ற குடும்பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு ஏற்ற பையன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெண்ணிற்கு தற்போது ரூ. 200 வரை சம்பளம். பெட்டி எண்: 3792.

• Wanted employed Vadamal Girl only for Boy 34 years, P.U.C. employed in Tuticorin Private firm, Rs. 700/- Srivathsa Gothram, Star Uthiradam. Send details to Box No. 3793.

• Wanted a fair looking Graduate Girl preferably employed for Central Govt employed 31/165/Bharani Boy (Intercaste parentage: Father Asari; Mother Brahmin). Write to Box No. 3794 with full Bio-data and Horoscope.

- Correspondence invited from Doctors, Dentists for a wealthy healthy Graduate 43/80 kg/175 cm. only son, forward. No bad habits. Religion Caste widow divorcee deformity, age above fifty no bar. Box No. 3795.
- Alliance invited from Telugu Brahmin Non-Baradwaja Central/State/Bank employed for good looking Graduate Girl employed in Steel Authority of India, Salem 30/165/1500. Send Horoscope. Sub-sects no bar. Box No. 3796.
- Alliance invited from goodlooking Iyengar Girls Graduate employed/unemployed, aged 23 – 26, height 5'. 0" – 5' 5" for an Iyengar Boy M.Com., B.Ed., 30 yrs. 5' 9" Teacher, Rs. 1,600/- p.m. Simple marriage. No expectations. Boys sisters are inter-caste marriage. Box No. 3797.
- Alliance from respectable, well to do family beautiful tall educated Brahmin Girl below 26 for very handsome Telugu, Brahmin Teleganya Boy age 30/ Private Ltd., Salary Rs. 2000/own house in Madras/ Kowthema Gothram/Star Chitrai/No Horoscope/ Sub-sects no bar/decent early marriage. Reply with full family details to Box No. 3798.
- Alliance invited for Palghat Iyer Girl aged 34 Vadamal Koundanya Gothram, Star Chitrai. Early marriage. Reply to Box No. 3799.
- Tamil Chettiar Handsome Graduate 28/170 working abroad seeks fair beautiful educated Bride Caste no bar. Immediate Marriage. Desired reply with particulars/Horoscope to Box No. 3800.
- பாண்டிச்சேரி மாநில அரசு துறையில் டாக்டராகப் பணிபுரியும் ரெட்டி சமுதாயத்தைச் சேர்ந்த 27 வயது எம். பி. பி. எஸ். மணப்பெண்ணுக்கு டாக்டர், இஞ்ஜினியர், வங்கி அதிகாரி பணிபுரியும் ரெட்டி சமுதாயத்தைச் சேர்ந்த நல்ல பண்புள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 3801.
- தாய் தந்தையரையும், தாரத்தையும் இழந்த 37 வயது பிராமண வடமாள் பிரிவைச் சேர்ந்த தனியார் துறையில் ரூ. 700/– சம்பளம் வாங்கும் இளைஞனுக்கு அதே பிரிவைச் சேர்ந்த படித்த நல்ல குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். நட்சத்திரம் பூசம், நைத்ருப – காசியப கோத்திரம். பெட்டி எண்: 3802.
- . வன்னிய குல க்ஷத்திரிய ஸ்டேட் பாங்க் டைப்பிஸ்டுக்கு 29/170/1500/– 18 – 24 க்குள் நல்ல குடும்பத்திலிருந்து பெண் தேவை. கவுண்டர்/வேலையிலிருப்போர் நலம். விண்ணப்பிக்க முகவரி: T. காமாட்சி, Y–204, காண்ட்ராக்டர் காலனி, நெய்வேலி–7.
- வன்னிய குல க்ஷத்திரிய இனத்தைச் சேர்ந்த, தமிழக அரசில் சென்னையில் பணிபுரியும், நல்ல மாநிறமுள்ள 27 வயது பெண்ணுக்குத் தகுந்த வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன், முழு விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3803.
- மணமகள் அய்யங்கார், வடகலை, நைத்ருப காசியப கோத்திரம், வயது 22, வாய் பேச இயலாது. மணமகள் அழகு, சிவப்பு நிறம், குடும்பப்பாங்கான, மிகவும் புத்தி கூர்மையுள்ள பெண், உயரம் 4' 9" நட்சத்திரம் 'கார்த்திகை'. மணமகன் வேலையில்லா விடினும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 3804.
- பாரத்வாஜ கோத்திர வடமாள், 35 வயதான நல்ல இளமை தோற்றமுடைய பட்டதாரி, தேசிய வங்கி வேலையில் மாதம் ரூ. 2000/– வருமானமுடைய 151 செ. மீ. உயரமுள்ள, அழகிய, நற்குணமுள்ள பெண்ணுக்கு, 40 க்கு உட்பட்ட, நற்குணமுள்ள வடமாள் அல்லது பிரஹசரண, நல்ல உத்தியோகத்திலுள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 3805.
- சொந்தமாக வியாபாரம் மாதம் ரூ. 1000 வருமானம் கலை உலகத் தொடர்பும் உள்ள 31 வயது நிரம்பிய மணமகனுக்கு மணமகள் தேவை. ஜாதி பேதமில்லை. மணமகள் விபரத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3806.
- ஸ்டேட் பாங்கில் கிளார்க் வேலை பார்க்கும் பிராமணரல்லாத 33 வயது வாலிபருக்கு, தெய்வ பக்தியுள்ள, ஒழுக்கமும் சீலமும், அழகும் உள்ள நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த 28 வயதிற்குள் உள்ள எஸ். எஸ். எல். சி. படித்த வெஜிடேரியன் மணமகள் தேவை. ஜாதி பேதமில்லை. உடனடியாக முழு விவரங்களுடன், தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண்: 3807.
- பெங்களூரில் புரொடக்ஷன் மேனேஜர் ரூ. 3000/– டெக்ஸ்டைல் – டெக்னாலஜி, வயது 27, 5½ அடி. நல்ல சிவப்பு, திருவாதிரை நட்சத்திரம், முதலியார் பையனுக்கு எம். பி. பி. எஸ். பெண் சிவப்பு நிறம், உயரம், நல்ல குடும்பம், எந்த மாநிலமும் சம்மதம். இதரரும் அனுகலாம். இந்து எந்த சாதியும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 3808.
- தஞ்சாவூர் மராட்டி பேசும் மாத்வ தேசிஸ்தர், 30 வயது, 5' 6" உயரம், காசியப கோத்திரம், பம்பாயில் தனியார் கம்பெனியில் ரூ. 1300/– சம்பளம், இடவசதியுள்ள பையனுக்குத் தகுந்த வேலையில் அமர்ந்த பெண் தேவை. கன்னடம் பேசுபவர்களும் இருக்கலாம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பித்துக் கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3809.
- கார்காத்த சைவ வேளாளர் இனத்தைச் சேர்ந்த 22/165, பி. எஸ்ஸி பட்டம் பெற்றுள்ள, நல்ல குணம், சிவந்த நிறம், வசதியுள்ள ஒரே பெண்ணிற்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த அல்லது திருநெல்வேலி சைவ வேளாளர் இனத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் வயது 29 க்குள் இஞ்ஜினியர்/பாங்கு ஆபீசர்/காலேஜ் புரொபசர்/மத்திய அல்லது மாநில அரசு ஆபீசர் தேவை. ஜாதகக் குறிப்புடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3810.
- திருச்சியில் தனியார் கல்லூரியில் உதவிப் பேராசிரியராக ரூபாய் 1800/– பெறும் வடமாள் கௌசிக, ஸ்மார்த்த, பூராடம், சிவப்பு, 145 செ. மீ., 34 வயது, இசையில் தேர்ச்சியுள்ள, குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு தகுந்த பட்டதாரி நல்ல வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3811.
- வன்னிய குல க்ஷத்திரியர், வயது 18, எஸ். எஸ். எல். சி. வரை படித்த, தையல் கலை தெரிந்த குடும்பப் பாங்கான, இடது கால் சற்று சாய்ந்து நடக்கும் அழகிய பெண்ணிற்கு, அதே இனத்தில் உத்தியோகம் அல்லது தொழில் செய்யும் மணமகன் தேவை. சிறப்பான முறையில் திருமணம் செய்து தரப்படும். பெட்டி எண்: 3812.

Edited, Printed and Published by V. Murali on behalf of Messrs Bharathan Publications Private Limited, at the Bharathan Press, Race Course Road, Guindy, Madras-600032. (Phone: 431543). Assistant Editor: Manjula Ramesh.



வாருங்கள்— உங்கள் மேனி மறுபடியும் கண்டுணர உதவுங்கள், இயற்கையான சந்தன எண்ணெய்யின் காலமெல்லாம் புகழ்பெற்ற 'மாயவசிய' சக்தியை

இயற்கையான சந்தன எண்ணெய்யின் செழுமையான, உடல் தழுவி மனமயக்கும் தன்மைக்கு உங்களை "அடிமையாக்கிக் கொள்ளுங்கள்." மைசூர் ஸாண்டல் ஸோப் உலகத்தில் மூழ்கியெழுங்கள். அதனுள் மறைந் துள்ளது, எழில்மிகு மேனியின் பழம்பெரு ரகசியம்... அதனுள் நிறைந்துள்ளது உங்களை மணிக்கணக்கில் புத்துணர்வுடன் சந்தன மணம் கமழ வைத்திருக்கும் தன்மை.

செழுமையாக்கப்பட்ட!

Mysore Sandal Soap

மரபு மாறாதது—ஈடில்லாதது

Contract-KSDL-49-86-Tam

 கர்நாடகா சோப்ஸ்

அபார பலம்.
'காம்பிடான்' பலம்.



அந்த அற்புத உறுதியை உங்கள் வீட்டுக்கு அளிக்கிறது ராம்கோ சிமெண்ட்.

காம்பிடான் மில் மூலம் அற்புத உறுதி ஊட்டப்பட்ட சிமெண்ட் : ராம்கோ.

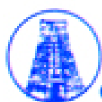
மிக உறுதியான சிமெண்டை உற்பத்தி செய்ய அதி நவீனமான, மிகச் சிறப்பான கிரைண்டிங் இயந்திரமாகிய ''காம்பிடான் மில்லை''த் தென்னகத்திலேயே முதன் முதலாக அமைத்தது—மதராஸ் சிமெண்ட்ஸ் தான்.

அத்தோடு, அல்லும் பகலும் கச்சாப் பொருள் களையும், தயாரான சிமெண்டையும் இடைவிடாது கடும் பரிசோதனை செய்ய 'எக்ஸ்ரே அனலைசர்' எனும் அதி நவீன உபகரணம்.

ஆகவே, என்றென்றும், அற்புத உறுதி கொண்ட காம்பிடான் சிமெண்ட் உங்களுக்குக் கிடைக்கிறது.

மற்றெவரிடமும் இல்லாத தனிச் சிறப்பான தொழில்நுட்ப மேம்பாட்டால் ராம்கோ சிமெண்ட் அபார பலமும், சிறப்பான இறுகும் சக்தியும் கொண்டதாகத் திகழ்கிறது.

ஆம்! சிக்கனமான செலவில், சிறப்பான பலம்மிக்க கட்டிடங்களை அமைக்க ராம்கோ சிமெண்டையே உபயோகியுங்கள்.



ராம்கோ சிமெண்ட்

– அபார பலமும், அற்புத உறுதியும் கொண்ட காம்பிடான்'சிமெண்ட்.

தயாரிப்பாளர்கள் :
மதராஸ் சிமெண்ட்ஸ் லிமிடெட்
ராமசாமிராஜா நகர் 626 204
(காமராஜர் மாவட்டம்)

நாணயமான எடை, நம்பிக்கையான தரத்திற்கு நிகரில்லாத பெயர்.



சணல், பாலித்தீன், மற்றும் காகிதப் பைகளிலும் கிடைக்கிறது.

CLARION-M.MCL-17A-86-TAM

அறிமுகப்படுத்துகிறோம்
உங்கள் பெண்மையின் மென்மைக்கு
ஒரு இதமான அனுபவம்





உங்கள் பரிபூரணப் பாதுகாப்புக்காக
முழுக்க, முழுக்க விஸ்கோஸினால்
உருவாக்கப்பட்ட ஒரே சானிடரி நாப்கின்.
ஸோஃபைன், வெளியிலேயே வெளிப்படும்
இதன் மென்மை.

இயற்கையான விஸ்கோஸ் இழைகளால்
உருவாக்கப்பட்ட ஸோஃபைன், மிக
அதிக உறிஞ்சும் தன்மை உடையது.
மேலும் உங்கள் மிருதுவான சருமத்திற்கு
மிக ஏற்றது.

மிக மெல்லியது ஸோஃபைன். இனி 'அந்த'
நாட்களிலும், நீங்கள் விரும்பும் உடைகளை
அணியலாம், கவலையின்றிச்
செயலாற்றலாம்.

10 நாப்கின்கள் அடங்கிய அழகிய
அட்டைப்பெட்டியில் ஸோஃபைன்,
இப்பொழுது, சென்னையிலும், பாண்டிச்
சேரியிலும் மட்டுமே கிடைக்கிறது.

இது ஒரு 2M Consolidates தயாரிப்பு.

Sofine
ஸானிடரி நாப்கின்கள்!

ஸோஃபைன்- அணிந்திருக்கும் நினைப்பையே மறக்கச் செய்யும்.

Persuaders

இள நரையா! பொடுகா!!

இதோ!!! மூலிகைத் தைலம்

டாம்ப்கால்

கூந்தல் மூலிகைத் தைலம்



(இது ஒரு தமிழ்நாடு அரசு நிறுவனத்தின் தயாரிப்பு)

DIPR/20305/1397/86-20/NAS

தங்குதடைகளற்ற
அங்க அசைவுகளுக்கு

டீன்ஸ்

பேண்டீஸ்

From the House of KIBS

TEENS
TEENS
TEENS



TEENS



TEENS
Panties

A Premium Product of
KIBS HOSIERY MILLS
5, Armenian Street,
Madras 600 001. INDIA

CROWN/KHM/701

கோத்ரெஜ் படைத்துள்ள சுகபோகத்தின் சிகரம்: மார்வல் லக்ஷரி சோ



செழுமையான
க்ரீம்போன்ற நுரை
மற்றும் மனம் மயக்கும் நறுமண

Mudra:B GS 4079 TAM

விலை (75 கிராம்) : ரு. 4.50 (தலைவரிகள் தனி)

Just one word for you Beautiful...

new

you

PANTIES



From the makers of TANTEX®

A tex Product

Imageads 2331

Cyan

15 சக்தி வாய்ந்த மூலிகைகள்
பரவசமூட்டும் தேங்காய் எண்ணெயின் நுரைவளம்.
பார்வையர் மனங்கவரும் தாழம்பு நறுமணம்.



மெடிமிக்ஸ்

ஆயுர்வேத டாய்லெட் சோப்

மேனியை காத்து, குணமளித்து, குளிர்ச்சி தந்து
பேணி பராமரித்து மெருகூட்டுகிறது.

● முகப்பரு ● கரும்புள்ளி ● சொறி ● பொடுகு ● வேர்க்குரு

CHOLAYIL PHARMACEUTICALS MADRAS

ZEST

பேறு காலத்திலும்
சகஜமாகவும்,
சுறுசுறுப்பாகவும்,
முழுப்பாதுகாப்புடன்
செயல்பட ஹெலனா.

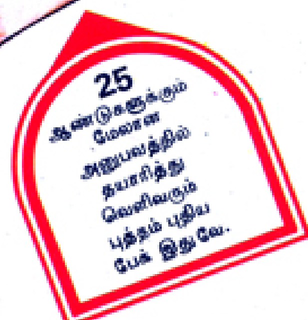


ஹெலனா
சானிடரி நேப்கின்ஸ்



ஹெலனாவின் துணை எல்லா பெண்மணிகளுக்கும் அவசியம்.

நூறு சதவிகித, விஞ்ஞான ரீதியான, பட்டுப்போன்ற, விஸ்கோஸ் இழைகளைக் கொண்டும், அதிக உறிஞ்சும் தன்மையுடைய உயர்ரக பருத்தியினாலும், தரக்கட்டுப்பாட்டுடன் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது.



தயாரிப்பாளர்கள் :

சர்காட் இண்டஸ்ட்ரீஸ் பி.லிட்.,

23, புரசவாக்கம் நெடுஞ்சாலை. சென்னை-600 007.

போன் : 662004, 661982.

SURCOT – In The Silver Jubilee Year

REGISTERED No. TN MS (S) 250
Registered as a Newspaper in Sri Lanka

